

TEST

Proszę abyś szczerze i w zgodzie ze sobą, udzieliła odpowiedzi na poniższe pytania. Pozwolą Ci one określić w jakim punkcie realizacji swoich planów obecnie się znajdujesz.

Na skali **0 – 100%** (gdzie 0% oznacza-wcale, 100% - w pełni) określ na ile dane stwierdzenie jest zgodny z Tobą. Pomiń pytania, które Cię nie dotyczą.

Na ile:

%

- osiągam cele jakie sobie stawiam?
- cele które sobie stawiam są celami, których pragnę?
- czuję, że mam kontrolę nad swoim życiem?
- świadomie kieruję swoją karierą?
- jestem pewna dokąd zmierza moja kariera?
- wykorzystuję swój potencjał?
- jestem pewna, że miejsce w życiu jest tym w jakim chcę być?
- mam poczucie równowagi w życiu osobistym i zawodowym?
- osiągam porozumienie ze swoimi dziećmi?
- jestem zadowolona ze swoich relacji z bliskimi?
- wiem jak bardzo potrzebuję wziąć los w swoje ręce?
- często myśl o chęci zmiany w życiu się pojawia?
- dostrzegam dostępne mi środki i zasoby, z których mogłabym skorzystać?
- jestem w dobra w relacjach z innymi?
- potrafię dobrze motywować ludzi, z którymi współpracuję?
- potrafię stworzyć dobrze pracujący zespół?
- wiem jak wzmacniać potencjał w ludziach, którymi zarządzam?
- chciałbym zmienić swoje zachowania, aby osiągnąć to czego chcę?
- czuję radość z tego co robię?

Zaznacz pytania, które mają dla Ciebie szczególne znaczenie.

Jeśli w kategoriach dla Ciebie ważnych nie osiągnęłaś satysfakcjonującej oceny, odpowiedz sobie – **co jest tego powodem?**

Jeśli znasz odpowiedź i potrafisz zmienić ten stan – **zrób to!**

Jeśli nie znasz odpowiedzi lub nie zadowala Cię skuteczność Twoich działań – **znajdź coacha!**

Z coachingiem zwiększasz swoją szansę skutecznego osiągnięcia celu!

Test – ©Copyright by Alicja Stankiewicz, inspiracja Ula Skrok