

- **Coach:**
- **Coachee/ Cliente:**
- **Fecha:**
- **Empresa, club deportivo:**

CUESTIONARIO PREVIO DE APLICACIÓN 1

¿Qué es lo que le gustaría obtener con el coaching?

¿Cuáles son sus sueños en la vida?

¿Qué le motiva en la vida?

¿Qué le limita en la vida para conseguir sus objetivos y metas?

¿Cuáles han sido sus principales logros en los últimos 12 meses?

¿Cuáles han sido sus principales frustraciones en los últimos 12 meses?

¿Cuáles son las actividades con las que más disfruta, áreas de interés?

¿Cuál era su cuento preferido en la infancia?

¿Qué hace para agradar a los demás?

¿Qué hace para agradarse a si mismo/a?

¿Sabe dónde están sus límites?

¿Qué enfermedades o molestias repetidas ha tenido o tiene?

¿Qué simula no saber? -----¿¿¿para evitar, yo simulo no saber de informática para evitar hacer trabajos en la oficina de informática. Que haces para evitar. Simulo mal carácter para no entablar relaciones sociales..... (fin romper area de confort.)

¿Qué no soporta?

¿Cómo sería de diferente su vida sin eso que no soporta?

¿Cuál ha sido el mejor trabajo que ha hecho hasta hoy en su vida?

¿Cómo sabe que precisamente ese fue su mejor trabajo?

¿Cómo ve su trabajo hoy en comparación a lo que hacía hace cinco años?

¿En qué parcela de su trabajo disfruta más?

¿Qué es lo que menos se gusta?

¿Qué actividad o cosa suele aplazar?

Cuando era pequeño ¿qué quería ser?

¿Qué es lo que más valora de su pareja? En caso de no tener pareja, lo que más valoraría en una pareja futura.

¿A qué persona admira?

¿Qué valora de esa persona?

¿De qué está verdaderamente orgulloso/a?

¿Cómo se describirías a ti mismo?

¿Cuáles son sus principales habilidades/dones?

Firmado el Coachee