

MODEL GROW – ETAPY I CELE ETAPÓW



GENERALNY CEL

CO CHCESZ OSIĄGNĄĆ?

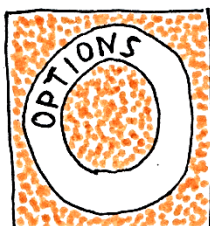
- Zapytaj, czym coachee chce się zająć podczas sesji.
- Sprawdź, co powoduje, że jest to dla niego ważne.
- Upewnij się, czy nie ma innych ważniejszych dla niego spraw.
- Zapytaj się o to, jak chciałby, żeby było.
- Sprawdź, czy ten cel jest realny i ambitny dla niego.
- Sprawdź, po czym pozna, że osiągnął cel.



RZECZYWISTOŚĆ

CO SIĘ DZIEJE TERAZ?

- Pomóż mu przyrzeć się temu, jak jest teraz.
- Zapytaj się, co funkcjonuje dobrze, a co nie działa.
- Sprawdź, jakie korzyści i starty ma z obecnej sytuacji.
- Zapytaj jak reagują inni.
- Sprawdź, jakie działania już podejmował i jakie były ich efekty.
- Zapytaj, co może mu pomóc osiągnąć cel.



OPCJE

CO MÓGŁBYŚ ZROBIĆ?

- Zapytaj się, jakie działania mógłby podjąć w takiej sytuacji.
- Zapytaj się, jakie działania w tej sytuacji podjąłby ktoś inny – szef, współpracownik, osoba, którą ceni – gdyby ta była na jego miejscu.
- Przeanalizujcie korzyści i starty różnych opcji działania.



WOLA

CO ZROBISZ?

- Zapytaj, co w tej sytuacji decyduje się zrobić – jaki będzie pierwszy krok.
- Określ termin i sprawdź, czy jest możliwy.
- Sprawdź, czy to działanie jest w tej sytuacji atrakcyjne; jeśli nie, zapytaj o inne.