

Cuestionario para tu

# Sesión de Estrategia de Coaching Gratuita

**Objetivo:** *Ayudarte a alcanzar mayores niveles de claridad, energía, coraje, productividad e influencia en tu camino hacia una vida exitosa, saludable y plena.*

**Instrucciones:**

Por favor responde a las preguntas a continuación y en las páginas siguientes lo mejor que puedas y envíamelas antes de nuestra llamada. La primera sección me ayuda a entender cómo te desempeñas en áreas claves de alto rendimiento: claridad, energía, coraje, productividad e influencia. Esta información no será publicada ni compartida en ninguna circunstancia, de ser necesario le pediría su consentimiento. Las diez preguntas me ayudan a conocer tus objetivos.

Nombre Completo: Número de teléfono: Dirección: Ciudad, Estado, Código Postal País: Correo electrónico: Ocupación: Fecha de Nacimiento:

Preguntas:

Describe brevemente cómo te enteraste de mis servicios de coaching y por qué te gustaría tener una Sesión de Estrategia conmigo:

***Fuente: Esta herramienta está basada en conceptos exclusivos del Programa de Coaching de Alto Rendimiento Certificado de la High Performance Academy™. No duplicar ni distribuir sin permiso***



Cuestionario para tu

# Sesión de Estrategia de Coaching Gratuita

**Por favor, califícate en las siguientes áreas de tu vida en una escala del 1 (más bajo) al 10 (más alto): Claridad:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

¿Sientes que tienes claridad sobre quién eres, tu propósito, y la dirección que deseas

tomar en la vida?

**Energía:**

¿Tienes consistentemente suficiente energía mental y física para sobresalir, cumplir tus objetivos y sentirte motivado y feliz?

**Coraje:**

¿Tomas acción y expresas consistentemente quién eres y lo que realmente piensas, necesitas y deseas en el mundo?

**Productividad:**

¿Estas constantemente enfocado y eres efectivo, minimizando distracciones y manteniendo las prioridades?

**Influencia:**

¿Sientes que tienes la influencia social con tu familia, amigos y equipo necesaria para lograr tus objetivos?

1. ¿A qué te dedicas y por qué elegiste esa carrera?
2. ¿Cuáles son tus 3 principales metas que estás tratando de alcanzar en este momento?
3. ¿Cuáles son los mayores estresores o desafíos que estás enfrentando ahora mismo?
4. Cuando te sientes como tu yo más exitoso y feliz, ¿qué te hace sentir de esa manera?

***"Fuente: Esta herramienta está basada en conceptos exclusivos del Programa de Coaching de Alto Rendimiento Certificado de la High Performance Academy™. No duplicar ni distribuir sin permiso."***



Cuestionario para tu

# Sesión de Estrategia de Coaching Gratuita

**Preguntas continuadas:**

1. ¿Cómo sería tu vida ideal si pudieras hacerla realidad con una varita mágica?
2. ¿Qué más te ha impedido tener esa vida de ensueño?
3. ¿Qué objetivo o sueño has abandonado o fracasado?
4. ¿Cuáles son los 3 grandes cambios que te gustaría hacer en tu vida en los próximos 12 meses?
5. ¿De qué estás más orgulloso y emocionado en tu vida?
6. ¿Por qué te gustaría trabajar con un coach de alto rendimiento?

***"Fuente: Esta herramienta está basada en conceptos exclusivos del Programa de Coaching de Alto Rendimiento Certificado de la High Performance Academy™. No duplicar ni distribuir sin permiso."***