



שלום לך!

ייתכן שאתה נמצא כרגע במצב של חוסר וודאות, מרגיש שהדברים יכולים זרום יותר טוב ממה שזורמים לך כרגע... או אולי סתם סקרן.

שאלון זה יאפשר לך לקבוע האם אתה זקוק לעבודה עם מאמן אישי על מנת ליצור לך תוצאות טובות יותר הן ברמה האישית, במשפחה, בקריירה או בכל תחום אחר בחיך.

איך זה עובד?

סמן בעיגול את התשובה הנכונה לך ברגע הזה של חיך:
נכון (4/5), לא נכון (1/2), או שמא תשובתך נמצאת בין שני הפרמטרים הנ"ל.
סכם הניקוד ועיין בקודים שמתחת לטבלה.

אם יש לך שאלות, מוזמן לשלוח לי מייל לכתובת: Coaching@Graciela.co.il

נכון		לא נכון			הצהרות
5	4	3	2	1	
5	4	3	2	1	יש לי זמן להשקיע בעצמי.
5	4	3	2	1	הנני מסוגלת/ליצור ולהחזיק בהתחייבות עם עצמי ע"מ לעבוד בזה.
5	4	3	2	1	יש מרחק מה בין המקום בו אני נמצאת/כעת והמקום בו אני רוצה להיות.
5	4	3	2	1	אני מוכנה/לעבוד ככל שיידרש ע"מ להגיע למקום בו אני רוצה להיות.
5	4	3	2	1	הנני מוכנה/לשנות התנהגותי אם יידרש להתפתח.
5	4	3	2	1	הנני די פתוחה/לנסות דברים חדשים.
5	4	3	2	1	אספר למאמן האישי שלי האמת לגבי מה אני חושבת, מרגישה ועושה.
5	4	3	2	1	יש לי סבלנות להשגת יעדיי מבלי להתחשב רק בתוצאות מיידיות.
5	4	3	2	1	האימון האישי הינו הצעד המתאים לביצוע השינויים שברצוני לחולל.
5	4	3	2	1	אני מוכן להשקיע הזמן והכסף הנחוצים להשגת מטרותיי.
					סה"כ נקודות
תוצאות					
10-20 – סביר להניח שאין זה הזמן המתאים לעבוד עם מאמן אישי					
21-30 - עבודתך עם מאמן תוכל לסייע לך בתנאים מסוימים. צור/צרי עימי קשר.					
31-40 - מוכן ומזומן, ובחפץ-לב. צור/צרי עימי קשר					
41-50 - אתה מוכן לחלוטין. צור/צרי עימי קשר					

ועכשיו, הרשה לי לשאול אותך:
מה אתה כן רוצה ומאחל לעצמך בעתיד הקרוב במכלול תחומי חיך?

להמשיך להיות מובל? או להתחיל להוביל את חיך?
להמשיך לחיות חיים של אחרים? או לבחור בלחיות את חיך כפי שאתה רוצה?
להמשיך להתלונן מהמקום הזה שלא טוב לך? או ליצור תוצאות טובות יותר?

הבחירה היא שלך.
אני מציעה לך להצטרף לקבוצה מובחרת של אנשים שרצו (בדיוק כמוך), עשו את "הבלתי אפשרי", יצרו שינוי של ממש והגיעו לתוצאות... ולפעמים יותר אפילו מכפי שחשבו.

מזמן ליצור עימי קשר עוד היום. נקבע פגישת ייעוץ / הכוונה בחינם על כוס קפה, ללא שום התחייבות.

יחד נבחן האם אימון מתאים לך, ואם כן – האם עדיף פרטני או בקבוצה.
ונשקול את כל האפשרויות העומדות בפניך על מנת שצליח לחיות את החיים שהינך רוצה ומגיע לך לחיות.

לקביעת פגישת ייעוץ חינם: 050-6660746 או שלחו מייל ל: Info@Graciela.co.il

בקרו והרשמו באתר www.Graciela.co.il
וקבלו באופן מיידי את ה"המדריך האינטרנטי הראשון בעברית לאימון עצמי", מתנה ממני

גרסיאלה שפירו-גולדמן
אימון אישי ★ אימון עסקי ★ סדנאות ★ הרצאות
מפתחת שיטת "גרייס"™ - אימון וכלים לתוצאות
ליצירת חיים טובים יותר
פרטיים ★ ארגונים