

**SAM SAMPLE**  
**19 Sep 2023**

**EXPERT**

**COACHING REPORT  
(GROW MODEL)**

**FIFTEEN FACTOR QUESTIONNAIRE PLUS**



**WWW.PSYTECH.COM**

© Psytech International Ltd.



## STRUTTURA DELLA RELAZIONE

Questo rapporto presenta i risultati del profilo di SAM SAMPLE nelle seguenti sezioni:

### 1. Guida all'utilizzo della relazione

- Introduzione
- Il Report di Coaching con il Modello GROW
- Gruppo normativo utilizzato
- Obiettivi del cliente

### 2. Assessment Personalità

- Stile di risposta
- Stile interpersonale
- Stile interpersonale con GROW
- Stile di pensiero
- Stile di pensiero con GROW
- Stile di coping
- Stile di coping con GROW

### 3. Riepilogo per il Coaching

## DICHIARAZIONE DI ESONERO DI RESPONSABILITÀ

Questo documento è un rapporto di valutazione strettamente confidenziale relativo a SAM SAMPLE e deve essere utilizzato sotto la guida di un professionista qualificato. Le informazioni contenute in questo rapporto devono essere divulgate solo in caso di necessità, previa autorizzazione da parte di SAM SAMPLE.

Questo profilo deriva da un questionario self-report e deve essere interpretato alla luce di ulteriori elementi confermativi ottenuti dal feedback con il soggetto rispondente, tenendo conto delle performance, dell'esperienza effettiva, della motivazione, degli interessi, dei valori, delle abilità e delle competenze. Pertanto, gli autori e i distributori non sono responsabili delle decisioni che verranno prese solo considerando le informazioni contenute in questo documento e pertanto non possono essere ritenuti direttamente o indirettamente responsabili delle conseguenze di tali decisioni.



## GUIDA ALL'UTILIZZO DI QUESTO RAPPORTO

### INTRODUZIONE

Il Fifteen Factor Questionnaire Plus (15FQ+) è uno strumento di misura della personalità e delle differenze individuali. Il 15FQ+ si basa su uno dei modelli di teorici di personalità più conosciuti e rispettati, che identifica le preferenze comportamentali attraverso i 16 costrutti di personalità definiti da Cattell (Cattell, 1946) e i Cinque grandi Fattori di Personalità (McCrae e Costa, 1987). In questo modo è possibile capire come le persone pensano, sentono e interagiscono in modi che possono risultare produttivi oppure controproducenti.

Approfondite ricerche, condotte nel corso di molti anni, hanno ampiamente dimostrato che il 10-30% della varianza nelle prestazioni lavorative è attribuibile alle differenze di personalità. Inoltre, è stato più volte dimostrato che il rischio di burnout di una persona, la sua predisposizione alla formazione e la conseguente soddisfazione sul lavoro sono tutti quanti dei fattori fortemente influenzati dalla personalità. La misurazione della personalità può quindi costituire un supporto per gli interventi di Coaching, con l'obiettivo di aiutare gli individui a capire in che modo la loro personalità possa contribuire al raggiungimento dei loro obiettivi di formativi.

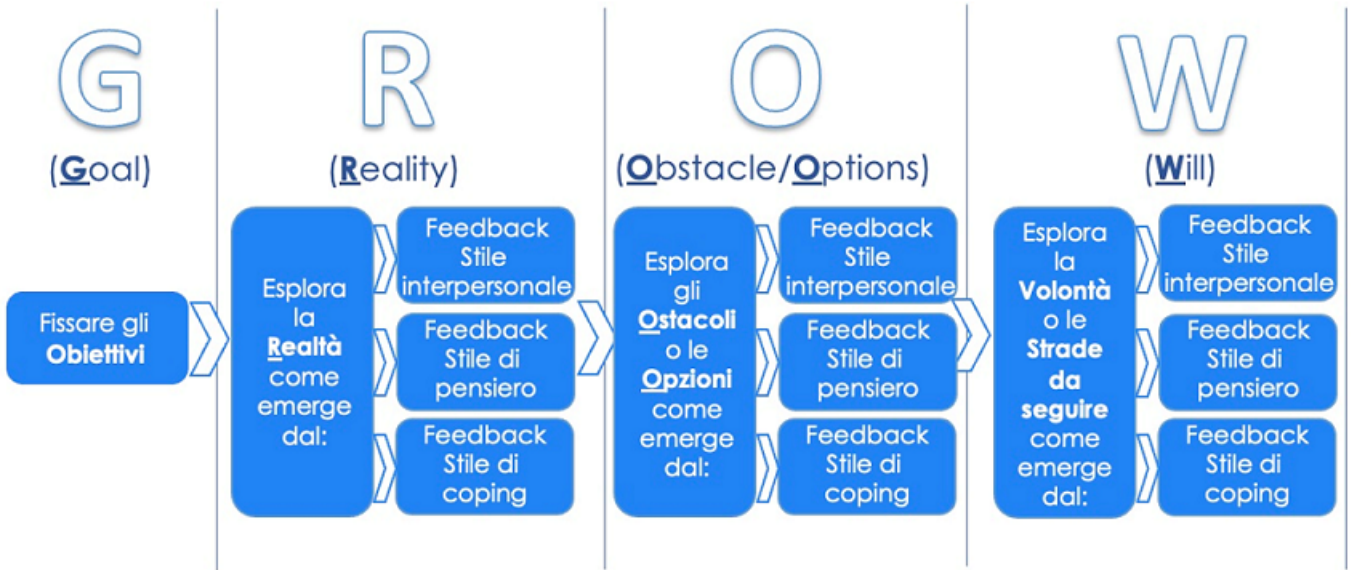
### IL RAPPORTO DI COACHING DEL MODELLO GROW

Il Rapporto Standard di Coaching fornisce una descrizione del profilo 15FQ+ suddivisa in 3 gruppi comportamentali principali: Stile Interpersonale, Stile di Pensiero e Stile di Coping. Ognuno di questi cluster comportamentali può essere utile per la discussione di coaching.

Questo rapporto sostiene l'uso del Modello GROW, ampiamente utilizzato nel coaching. Il modello GROW non è l'unico modello, infatti vengono utilizzati anche altri approcci e modelli. Se desiderate che i nostri report supportino in modo più specifico anche il vostro approccio o modello di coaching, parlatene con il vostro fornitore Psytech per discuterne la fattibilità.

Si suggerisce di utilizzare questo report all'interno del processo di coaching in seguito ai primi colloqui nel quale si sono stabilite le regole di collaborazione e dove sono stati già definiti gli obiettivi. Questo report può essere utilizzato nei successivi colloqui di coaching, allorché la personalità e i cluster comportamentali che ne derivano possono arricchire la comprensione della Realtà del Coachee, del modo in cui la personalità può influenzare o generare Ostacoli ed offrire le Opzioni d'azione, e anche il modo in cui la personalità può sostenere o informare la Via da seguire oppure la Volontà di adottare specifiche opzioni d'azione.

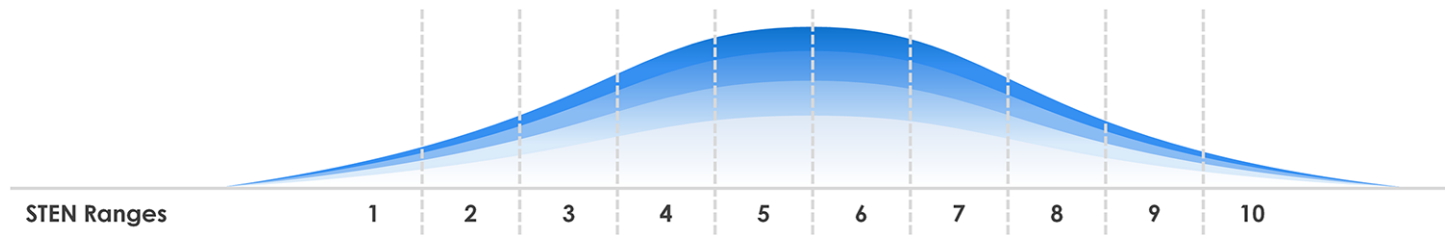
All'interno del report è previsto uno spazio in cui il Coach può aggiungere delle note per ogni cluster comportamentale nel corso della discussione con il Coachee, in modo da aiutarlo a definire il ciclo di coaching. Sebbene il report sia strutturato in modo sequenziale per evitare la ripetizione delle informazioni sulla personalità e che i Coach esperti possano utilizzarlo in modo flessibile, qui di seguito viene illustrato un modo efficace per utilizzarlo:





## GRUPPO DI RIFERIMENTO (NORMA) UTILIZZATO

Per valutare i risultati di SAM viene utilizzato un campione di riferimento. I suoi risultati sono presentati in forma di punteggi STEN standardizzati con media=5,5 e DS=2 come mostrato nel seguente grafico.



Per generare questo report è stata utilizzata la seguente norma:

Test	Norma usata	Dimensione del campione
<b>Fifteen Factor Questionnaire Plus (15FQ+)</b>	Campione Normativo Italiano (2016)	14212



## (G)OBIETTIVI DEL CLIENTE

**Ricorda:** Gli obiettivi devono essere SMART (Specifici, Misurabili, Attuabili, Realistici e Tempificati).

### Possibili domande per sollecitare o stabilire gli Obiettivi

#### Quali:

- traguardi vuoi ottenere da questa opportunità di coaching?
- obiettivi vuoi raggiungere?
- potrebbero essere i risultati ideali?
- sono i cambiamenti che vuoi attivare?
- potrebbero essere i benefici se raggiungessi questo obiettivo?

#### Perché:

- speri di raggiungere questo obiettivo?
- è il momento giusto per perseguire questi obiettivi?

#### In che modo:

- riconoscerai il raggiungimento dell'obiettivo; che impressione ti farà il raggiungimento dell'obiettivo?
- questo obiettivo è realistico?

#### Quando:

- desideri raggiungere questo obiettivo?

**Prendi appunti qui sotto:**



## ASSESSMENT DELLA PERSONALITÀ

### STILE DI RISPOSTA

Il 15FQ+ contiene una serie di misure che esaminano il modo in cui il rispondente ha affrontato il questionario. I risultati alle scale di validità indicano che SAM SAMPLE ha risposto in modo aperto e sincero.

### STILE INTERPERSONALE

Dall'analisi dei punteggi di SAM SAMPLE si osserva che è una persona fredda e distaccata che preferisce mantenere nettamente separate vita privata e lavoro. I punteggi indicano che è improbabile che SAM SAMPLE cerchi visibilità nel ruolo che ricopre. Si può impegnare a coltivare amicizie più profonde e durature piuttosto che accumulare tante conoscenze superficiali. Può sentirsi piuttosto a disagio nelle situazioni che richiedono vicinanza emozionale e continue interazioni con gli altri. Leggermente più serio e misurato della media, è probabile che SAM SAMPLE apprezzi l'opportunità di avere modo di allentare e/o distendersi nelle situazioni sociali non familiari, in particolare non partecipando alacremenente alle attività. Per questo motivo può gestire con estrema accortezza le procedure ed i metodi di lavoro e di solito è in grado di soppesare le conseguenze delle proprie azioni. Può essere considerato un membro del gruppo affidabile. Moderatamente riservato e timido, SAM SAMPLE preferisce stare insieme a persone che conosce bene oppure in compagnia di un ristretto gruppo di persone. Quando incontra una persona per la prima volta è improbabile che si faccia avanti per primo e può sentirsi un po' a disagio se improvvisamente l'attenzione del gruppo si focalizza su di lui. SAM SAMPLE ha la capacità di lavorare da solo ma si trova ugualmente a suo agio anche in un ambiente di gruppo. Spesso apprezza la possibilità di far circolare le proprie idee confrontandosi con il gruppo, nondimeno, se richiesto, può essere capace di agire in autonomia.

Avendo una visione decisamente scettica della vita, è assolutamente improbabile che SAM SAMPLE giudichi le persone e le cose dalle esteriorità, dalle apparenze e/o dalle sembianze. Quando egli è insieme a persone che non conosce, il suo scetticismo, vigilanza e sospettosità possono portarlo a sospendere il giudizio fino a quando non ha la prova incontrovertibile della loro onestà e lealtà. Essendo estremamente sospettoso può aver bisogno di molto tempo prima di instaurare relazioni interpersonali improntate alla fiducia. La presenza di un punteggio molto estremo alla scala di scetticismo può indicare che il soggetto è sostanzialmente incapace di abbassare la guardia anche quando sarebbe più vantaggioso farlo. Il soggetto esprime un livello di dominanza ed assertività al di sopra della media e può avere la capacità di assumersi la responsabilità di una situazione e guidare gli altri. È probabile che si senta a suo agio in una posizione di leadership e gli piace esprimere il proprio punto di vista; inoltre può desiderare che le cose si facciano a modo suo. A volte, SAM SAMPLE dovrebbe 'fare un passo indietro', per fare in modo che anche le persone meno risolte possano dire la loro. Adotta uno stile comunicativo piuttosto diretto e schietto; SAM SAMPLE fa capire agli altri quello che realmente sta pensando. Alcune persone apprezzano il suo modo aperto e franco di esprimere le opinioni, tuttavia, in alcuni casi dovrebbe valutare meglio il contesto, in particolare quando ha a che fare con persone più sensibili e/o suscettibili.

#### Potenziati Punti di Forza

- È probabile che riesca a farsi valere e renda chiaro alle persone il proprio punto di vista.
- Può essere efficace anche lavorando in autonomia, senza aver bisogno della costante presenza degli altri.
- Esprime il proprio punto di vista in modo diretto e severo.
- Può avere la capacità di manipolare le situazioni a vantaggio dei propri interessi.
- È sicuro di sé quando esprime il proprio punto di vista.

#### Potenziati Aree di Miglioramento

- Nel corso della realizzazione dei propri obiettivi può sembrare disattento e noncurante verso i bisogni degli altri.
- Con le persone che non conosce bene tende ad essere un po' diffidente, per questo ha bisogno di più tempo per integrarsi in un nuovo gruppo.
- Può sentirsi a disagio quando si trova in situazioni in cui deve incontrare regolarmente nuova gente.



- Può trasparire la sua freddezza, il suo stile interpersonale piuttosto abrasivo.
- A volte ha un comportamento troppo calcolatore.
- Probabilmente in passato è rimasto deluso dagli altri, pertanto prova a tenere la gente a debita distanza.
- Tende ad alternare atteggiamenti accondiscendenti con atteggiamenti inamovibili.

## Preparazione del feedback

*Argomenti chiave dello stile interpersonale da esplorare attraverso il feedback:*





**REALTÀ:** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile interpersonale possa influenzare la sua attuale Realtà.

### Domande possibili per esplorare la Realtà

**Cosa** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- sta accadendo ora (cosa, chi, quando e quanto spesso)?
- ha contribuito al tuo successo?
- potrebbe impedirti di raggiungere i tuoi obiettivi?
- diresti che il tuo stile interpersonale è in grado di favorire il tuo successo?
- Eventualmente, cambieresti qualcosa nel tuo modo di relazionarti con gli altri?

**Come** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti):

- ti sei sentito quando è successo?
- ci descriveresti cosa hai fatto?

**Prendi nota qui sotto:**



**OSTACOLI / POSSIBILI OPZIONI D'AZIONE:** questa sezione può aiutare il Coachee ad aumentare la propria consapevolezza di come il suo stile interpersonale possa essere fonte di Ostacoli o sostenere le Opzioni di Azione.

### Possibili domande che possono essere utili ad esplorare Ostacoli/Opzioni

**Cosa** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- pensi di dover fare il prossimo passo?
- potresti fare in modo immediato e semplice per raggiungere il tuo obiettivo?
- trovi nel tuo stile interpersonale che potrebbe favorire o inibire le tue opzioni?
- vedi come la più grande sfida o la più grande limitazione alle tue opzioni?
- ti aiuterebbe a cambiare il tuo comportamento per raggiungere più facilmente i tuoi obiettivi?

**Chi** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- potrebbe aiutarti e di cosa hai bisogno?
- potrebbe essere un ostacolo al raggiungimento dei tuoi obiettivi; cosa puoi fare per contrastarlo?

**Come** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- hai già affrontato problemi simili in passato e riesci a replicare?
- farai il primo passo?
- puoi utilizzare i punti di forza del tuo stile interpersonale per favorire il successo?

*Prendi nota qui sotto*



**LA STRADA DA PERCORRERE / LA VOLONTÀ DI AGIRE** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile interpersonale possa influenzare il suo coinvolgimento nell'azione.

#### Possibili domande per aiutare ad esplorare la Via da seguire e la Volontà di Agire

**Cosa** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- farai per prima cosa?
- ipotizzi dovranno essere i comportamenti che supporteranno il tuo piano d'azione?
- sono gli aspetti del tuo stile interpersonale che potrebbero aiutare o inibire le tue azioni?
- Farai se incontrerai delle difficoltà nel completare il tuo piano d'azione?

**Quando** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- hai intenzione di fare i primi passi?
- saprai che le tue azioni stanno contribuendo al raggiungimento del tuo obiettivo?

**Come** (ci sono elementi del tuo stile interpersonale che influenzano questi aspetti)

- hai intenzione di utilizzare queste informazioni sulla tua personalità per sostenere il successo?
- hai in mente di misurare il successo?

*Prendi nota qui sotto*



## STILE DI PENSIERO

Piuttosto non convenzionale ed aperto alle innovazioni, SAM SAMPLE predilige affrontare e risolvere i problemi anche con modalità radicali e innovative. Preferisce lavorare in ambienti dinamici e orientati al cambiamento. SAM SAMPLE considera un valore il progresso, l'innovazione e il cambiamento e gradirebbe avere la possibilità sperimentare stimolanti esperienze lavorative. E' particolarmente razionale, pragmatico, concreto. E' improbabile che il suo giudizio sia influenzato da considerazioni sentimentali; nel risolvere i problemi tende ad adottare un approccio duro, tenace, improntato al realismo. E' la persona ideale per lavorare su problemi che richiedono l'uso della logica e dei dati. SAM SAMPLE dovrebbe essere spronato a tenere in considerazione anche il fattore umano nel corso del suo processo decisionale. SAM SAMPLE è particolarmente attento agli aspetti pratici, ed organizza la propria percezione focalizzando l'attenzione sui propri sensi, sui dati osservabili, sulla realtà esterna del proprio ambiente. Si preoccupa che le cose funzionino ed è poco interessato al come ed al perché funzionano. E' saldamente ancorato al 'qui ed ora'. Nel risolvere i problemi adotta un approccio improntato al senso comune che spesso non gli consente di elaborare efficaci strategie risolutive. E' pronto ad ignorare le innovazioni o le nuove opportunità se sono al di fuori della sua esperienza diretta. Se avesse la possibilità di lavorare a fianco di persone che lo incoraggiano a vedere le cose al di là dell'ovvio, aiutandolo a prendere in considerazione anche le nuove idee e opportunità, potrebbe trarre molti benefici.

Esprime un atteggiamento che mostra la moderata tendenza a non curare molto il controllo del proprio comportamento e può prestare tendenzialmente poca attenzione alle convenzioni e istanze sociali. E' probabile che sia un libero pensatore dalle larghe vedute. Essendo pronto a mettere in discussione il protocollo e l'etichetta sociale, SAM SAMPLE può avere poco interesse ad adattarsi e conformarsi. SAM SAMPLE riesce a mantenere un equilibrio tra incostanza e coscienziosità. Da un lato ciò indica che sarebbe adatto a ricoprire ruoli o eseguire mansioni dove è essenziale la flessibilità e la capacità di affrontare le cose così come si presentano e senza alcun preavviso, anche le più inattese. Dall'altro SAM SAMPLE riconosce il valore delle regole e delle procedure stabilite e si impegna a portare a termine un lavoro o un progetto che ha iniziato.

### Potenziati Punti di Forza

- Quando prende le decisioni probabilmente adotta un approccio razionale e oggettivo.
- È probabile che sia pratico e realistico e con piedi ben saldi a terra.
- Tenace e pragmatico, difficilmente si fa distrarre da nozioni astratte di limitata applicabilità pratica.

### Potenziati Aree di Miglioramento

- Può focalizzarsi troppo sui compiti dimenticandosi del fattore umano.
- Non ha interesse per i problemi concettuali e non presta attenzione agli aspetti globali di un compito.
- Pragmatico, può scartare i compiti astratti e concettuali perché li considera privi di sostanza e di significato.



## Preparazione del Feedback

*Le questioni chiave dello stile di pensiero da esplorare attraverso il feedback*



**REALTÀ** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile di pensiero possa influenzare la sua attuale Realtà.

### Domande possibili per esplorare la Realtà

**Cosa** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero In grado di influenzarli)

- sta accadendo ora (cosa, chi, quando e quanto spesso)?
- ha contribuito al tuo successo?
- potrebbe impedirti di raggiungere i tuoi obiettivi?
- del tuo stile di pensiero è vantaggioso per il tuo successo?
- Eventualmente, cambieresti qualcosa nel tuo modo di relazionarti con gli altri?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- ti sei sentito quando è successo?
- ci descriveresti cosa hai fatto?

**Prendi nota qui sotto**



**OSTACOLI / POSSIBILI OPZIONI D'AZIONE:** questa sezione può aiutare il Coachee ad aumentare la propria consapevolezza su come il suo stile di pensiero potrebbe influenzare gli Ostacoli o supportare le Opzioni di Azione.

### Possibili domande che possono essere utili ad esplorare Ostacoli/Opzioni

**Cosa** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- pensi di dover fare il prossimo passo?
- potresti fare in modo immediato e semplice per raggiungere il tuo obiettivo?
- tra gli aspetti del tuo stile di pensiero, potrebbe sostenere o inibire le tue opzioni?
- vedi come la più grande sfida o la più grande limitazione alle tue opzioni?
- ti aiuterebbe a cambiare il tuo comportamento per raggiungere più facilmente i tuoi obiettivi?

**Chi** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- potrebbe aiutarti e di cosa hai bisogno?
- potrebbe essere un ostacolo al raggiungimento dei tuoi obiettivi; cosa puoi fare per contrastarlo?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- hai già affrontato problemi simili in passato e riesci a replicare?
- farai il primo passo?
- puoi utilizzare i punti di forza del tuo stile di pensiero per favorire il successo?

*Prendi nota qui sotto*



**LA STRADA DA PERCORRERE / LA VOLONTÀ DI AGIRE** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile di pensiero possa influenzare il suo stesso coinvolgimento nell'azione.

#### Possibili domande per aiutare ad esplorare la Via da seguire e la Volontà di Agire

**Cosa** (ci sono degli aspetti del tuo stile di pensiero che lo influenzano)

- farai per prima cosa?
- ipotizzi dovranno essere i comportamenti che supporteranno il tuo piano d'azione?
- sono gli aspetti del tuo stile di pensiero che possono aiutare o inibire le tue azioni?
- Farai se incontrerai delle difficoltà nel completare il tuo piano d'azione?

**Quando** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- hai intenzione di fare i primi passi?
- saprai che le tue azioni stanno contribuendo al raggiungimento del tuo obiettivo?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di pensiero che influenzano questi aspetti)

- hai intenzione di utilizzare queste informazioni sulla tua personalità per sostenere il successo?
- hai in mente di misurare il successo?

*Prendi nota qui sotto*





## STILE DI COPING

SAM SAMPLE è emotivamente stabile, maturo, calmo, con atteggiamenti realistici verso la vita. Avendo energia più che sufficiente per far fronte alle sfide che la vita propone, SAM SAMPLE dovrebbe riuscire a superare senza grossi turbamenti eventuali difficoltà che si presentano ed è probabile che si senta soddisfatto dei risultati conseguiti. Raramente si lascia spaventare dai problemi e dagli inconvenienti ed affronta con estrema efficacia le situazioni più critiche. Può rappresentare per gli altri un modello positivo. È una persona moderatamente apprensiva. Quando SAM SAMPLE svolge un lavoro che ha già eseguito in passato, è improbabile che si senta tormentato dalle incertezze. Tuttavia, se gli viene chiesto di svolgere compiti che non hanno niente a che vedere con la sua esperienza può preoccuparsi dei rischi di fallimento e/o di quello che potrebbe sbagliare. SAM SAMPLE è il tipo di persona che non sempre si attribuisce il merito dei propri successi personali. È una persona dal temperamento tendenzialmente calmo, conseguentemente è improbabile che SAM SAMPLE, quando le cose vanno male, diventi irascibile o irritabile. Il soggetto riesce a rilassarsi ed a recuperare le energie anche dopo una intensa giornata di lavoro, tuttavia in un ambiente lavorativo molto pressante, può manifestare la tendenza a procrastinare.

### Potenziali Punti di Forza

- È difficile imbrogliarlo.
- Può avere la capacità di manipolare le situazioni a vantaggio dei propri interessi.

### Potenziali Aree di Miglioramento

- Con le persone che non conosce bene tende ad essere un po' diffidente, per questo ha bisogno di più tempo per integrarsi in un nuovo gruppo.
- A volte ha un comportamento troppo calcolatore.
- Nella vita può aver subito dei duri colpi che possono aver indebolito la sua sicurezza.
- Probabilmente in passato è rimasto deluso dagli altri, pertanto prova a tenere la gente a debita distanza.

## Preparazione del Feedback

*Questioni chiave dello stile di coping da esplorare attraverso il feedback*



**REALTÀ** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile di coping possa influenzare la sua attuale Realtà.

### Domande possibili per esplorare la Realtà

**Cosa** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- sta accadendo ora (cosa, chi, quando e quanto spesso)?
- ha contribuito al tuo successo?
- potrebbe impedirti di raggiungere i tuoi obiettivi?
- del tuo stile di coping è vantaggioso per il tuo successo?
- Eventualmente, cambieresti qualcosa nel tuo modo di relazionarti con gli altri?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- ti sei sentito quando è successo?
- ci descriveresti cosa hai fatto?

**Prendi nota qui sotto**



**OSTACOLI / POSSIBILI OPZIONI D'AZIONE:** questa sezione può aiutare il Coachee ad aumentare la propria consapevolezza di come il suo stile di coping potrebbe informare gli Ostacoli o supportare le Opzioni di Azione.

#### Possibili domande che possono essere utili ad esplorare Ostacoli/Opzioni

**Cosa** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- pensi di dover fare il prossimo passo?
- potresti fare in modo immediato e semplice per raggiungere il tuo obiettivo?
- sono gli aspetti del tuo stile di coping che potrebbero sostenere o inibire le tue opzioni?
- vedi come la più grande sfida o la più grande limitazione alle tue opzioni?
- ti aiuterebbe a cambiare il tuo comportamento per raggiungere più facilmente i tuoi obiettivi?

**Chi** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- potrebbe aiutarti e di cosa hai bisogno?
- potrebbe essere un ostacolo al raggiungimento dei tuoi obiettivi; cosa puoi fare per contrastarlo?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- hai già affrontato problemi simili in passato e riesci a replicare?
- farai il primo passo?
- o in che modo puoi utilizzare i punti di forza del tuo stile di coping per favorire il successo?

*Prendi nota qui sotto*



**LA STRADA DA PERCORRERE / LA VOLONTÀ DI AGIRE** questa sezione può aiutare il Coachee a prendere coscienza di come il suo stile di coping possa influenzare il suo coinvolgimento nell'azione.

#### Possibili domande per aiutare ad esplorare la Via da seguire e la Volontà di Agire

**Cosa** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- farai per prima cosa?
- ipotizzi dovranno essere i comportamenti che supporteranno il tuo piano d'azione?
- sono gli aspetti del tuo stile di coping potrebbero aiutare o inibire le tue azioni?
- Farai se incontrerai delle difficoltà nel completare il tuo piano d'azione?

**Quando** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti)

- hai intenzione di fare i primi passi?
- saprai che le tue azioni stanno contribuendo al raggiungimento del tuo obiettivo?

**Come** (ci sono aspetti del tuo stile di coping che influenzano questi aspetti):

- hai intenzione di utilizzare queste informazioni sulla tua personalità per sostenere il successo?
- hai in mente di misurare il successo?

**Prendi nota qui sotto:**



## RIEPILOGO PER IL COACHING

### Obiettivi prefissati

### Problemi Effettivi Discussi

### Opzioni/Ostacoli presi in considerazione

### Disponibilità / Modo di Procedere Concordato