

Як проходить коучінг сесія зі мною?

- Після оплати та перед спільною роботою тобі слід заповнити анкету, яку ти отримаєш на пошту. Так я матиму уявлення про тебе і твоє життя, зможу торкнутися твого актуального стану та попереднього запиту на майбутні сесії.
- Після заповнення анкети з тобою зв'яжеться менеджер для підтвердження інформації та визначення часу для 15-хвилинного ознайомлювального відеодзвінка зі мною.
- Кожна коучинг-сесія починається з формулювання та перевірки твого запиту на найближчі 60 хвилин та/або тижнів спільної роботи. Якщо в тебе немає чіткого запиту, не хвилюйся, - ми визначимо його в рамках зустрічі.
- Коли ми визначимо, що саме ти очікуєш від роботи зі мною, ми займемося аналізом та роботою з поточною ситуацією. Визначимо твою «точку А», щоб рух уперед і вгору був ефективним.
- Наступний етап – створення нового досвіду, пошук відповідей, розширення твоїх поглядів на певну ситуацію чи сферу свого життя. На цьому етапі ми робитимемо ревізію твоїх переконань і цінностей, а також створюватимемо нові, відповідні твоєму запиту смисли.
- Завершальний етап сесії – створення плану впровадження змін. Ми визначимо, які саме дії необхідні для досягнення бажаного результату, зафіксуємо для них часові рамки та критерії їхньої позитивної реалізації.