

# KOUČOVACÍ KONTRAKT

51 otázok ktoré ti pomôžu v procese vytvárania koučovacej dohody

S čím prichádzaš?  
S akou témou prichádzaš?  
Čomu sa chceš dnes venovať?  
Čo by bolo pre teba dnes prínosné?  
S čím by si chcel teda začať?  
Aké sú tvoje očakávania odo mňa / od procesu koučovania?  
S čím by si chcel odísť?  
Čo chceš mať na konci našej spolupráce / stretnutia?  
Rozumiem tomu správne? Je toto ... tvoja dnešná téma?  
Čo konkrétne si chceš odniesť z dnešného stretnutia?  
Čo bude dobrý výsledok tohto stretnutia?  
Čo Ťa viedlo k tomu, že prinášaš túto tému?  
V čom je pre teba táto téma dôležitá?  
Čo vlastne chceš? (*Vyzývavá otázka, POZOR na kontext v ktorom ju položíš – je potrebné klásť ju, keď je vybudovaná dôvera s klientom*)  
Ktorú tému z tých ktoré si priniesol by si chcel riešiť ako prvú?  
Čo chceš namiesto toho?  
Ako rozumieš tomu, čo je koučovací rozhovor?  
Súhlasíš s tým, aby tento rozhovor bol nahrávaný?  
Čo očakávaš od spolupráce s koučom?  
Na akú dobu (čas) chceš uzatvoriť túto dohodu?  
Ako budeš vedieť, že sme v ciele našej spolupráce?  
Súhlasíš s navrhovanou cenou za túto službu?  
Kde preferuješ miesto stretnutia?



Podľa čoho vieš, že sme v ciele?  
Čo bude iné – ak to dosiahneš?  
Kedy začneš?  
Ktorý bude prvý krok, ktorý Ťa posunie k cieľu?  
Ako si overíš, že to funguje?  
Aký výsledok by bol ideálny?  
Aký výsledok by bol na teraz dostačujúci?  
Aké to pre Teba bude, keď dosiahneš vytýčený cieľ?  
Čo konkrétne bude vďaka tomu iné?  
Čo ešte treba povedať na záver stretnutia?  
Je ešte niečo, čo si potrebuješ premyslieť?  
Bude v poriadku, ak to takto spolu ukončíme?

Je toto téma, do ktorej chceš ísť?  
(*Ak klient otvára viacero tém v priebehu stretnutia.*)  
Ideme dobrým smerom k cieľu, ktorý si si zadefinoval?  
Ako to, čo hovoríš, súvisí s tvou témou?  
Čo vieš z „toho“ použiť v tejto situácii?  
Kde sme (si) teraz v téme, uvažovaní?  
Kde sa teraz nachádzaš v premýšľaní, situácií?  
Čo je pre teba v tejto téme podstatné?  
Čo by Ťi mohlo pomôcť, aby si dosiahol čo si praješ?  
Do akej miery si pripravený urobiť prvý krok k zmene?  
Koho všetkého tvoje rozhodnutie ovplyvní?  
Kto / čo ti môže byť nápomocný/é v tejto zmene?  
Ako dôležitá je pre teba táto téma, ktorú si aktuálne priniesol?  
Ktorý z týchto dvoch uhlov pohľadu je pre teba dôležitejší?  
Ako o tom čo si povedal rozmýšľaš?  
Aké zdroje potrebuješ k realizácii?  
Vďaka čomu sa Ťi to už teraz darí?

