

アセスメントを使ったコーチングで使える質問集

今、取り組みたい目標は何ですか？

その目標を手にするためにやるべきことを10個挙げるとしたらなに？

私から同じような目標を目指した人があげたことをシェアーしていい？

やるべきことに優先順位をつけるとしたらトップ10はどれ？

なぜ、その優先順位なの？

それぞれの項目に何点をつける？

なぜ、その点をつけたの？

何をやっているからその点になるの？

何が不足しているからその点になるの？

あなたの次の課題は、どの項目の点数を高めることだと思う？

なぜ、それが課題だと思うの？

いつまでどの項目をどのレベルにする？

点数を上げるために何に取り組む？

それをどれくらい実行できそう？

私にサポートしてほしいことはなに？

どれくらいの頻度で一緒に確認するといいと思う？

私からどんなフィードバックが欲しい？

誰にフィードバックをもらおうとより確実になる？

それをお互いの目標にしてもいい？

ここまで話してみて、どんな目標を持つといいと思う？

この課題に取り組むことは、あなたの未来に取ってどんな影響がある？

次はいつコーチングしようか？

成長を楽しみにしているよ