

Test: hoe coachbaar ben jij?

Met deze test meet je jouw bereidheid om je te laten coachen naar meer professioneel en persoonlijk succes.

Aangeboden door:
Petra Megens Coaching
www.petramegens.nl



Allereerst:

Doe de test niet 'snel even'. Dan doe je jezelf tekort.

Haal lekker adem en ga er rustig voor zitten...

...je bent het waard!

Je krijgt zometeen tien stellingen over
jouzelf te lezen.

Geef per stelling aan hoe waar deze
voor jou is. Klik voor de scores:

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

1. Er is verschil tussen waar ik nu sta en waar ik wil zijn.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

2. Ik ben bereid en in staat (ook qua tijd) om het werk te doen dat er moet gebeuren.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

3. Ik ben bereid om nieuwe ideeën uit te proberen, ook als ik het nut ervan niet meteen zie.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel


4. Ik doe wat ik zeg, zonder me te verzetten of sabotage te plegen.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

5. Ik ben bereid om de hele waarheid
aan mezelf te vertellen.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

6. Ik ben bereid om 'de Mol' in mezelf te ontmaskeren. (De Mol zit in elke gedachte, woord en daad waarmee ik mezelf heimelijk of openlijk afkraak of tegenwerk.)

- 
1. helemaal niet
 2. amper
 3. min of meer
 4. nogal
 5. helemaal wel

7. Ik merk wanneer ik iets van een ander nodig heb of verwacht en ik zeg dat dan ook.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

8. Ik krijg morele en praktische steun van mijn omgeving om veranderingen in mijn leven aan te brengen.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

9. Coaching past beter bij mij dan therapie, hulpverlening of een medisch traject.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

10. Ik vind coaching een goede investering in mijn persoonlijke en professionele ontwikkeling.

1. helemaal niet
2. amper
3. min of meer
4. nogal
5. helemaal wel

Dit waren de tien stellingen.

Tel nu alle punten bij elkaar op.
(En als je toch bezig bent...

...haal dan meteen nog wat adem ;-)

De scoreduiding:

10-20: je bent nu niet coachbaar

21-30: je bent coachbaar, maar voor echt grote vooruitgang heb je meer inzet nodig

31-40: je bent coachbaar; zoek en vind een coach

41-50: je bent uitstekend coachbaar; zoek en vind een coach die het uiterste van je vraagt

Dank je wel voor het doen van de test.

Heb je 30 of meer punten gescoord? Dan is een gratis coachsessie misschien iets voor jou.

Je leest er alles over op mijn website: onder de knop "Tests & Tools". Welkom.

Je mag ook bellen: 00 31 (0)58 - 2160 274

www.petramegens.nl

Werk, speel, leer en leef!

www.petramegens.nl