



FIȘA MODEL GROW

Nu este necesar să răspundeți tuturor întrebărilor, dar trebuie să le citiți pe toate și să reflectați asupra lor. Apoi, alegeți răspunsurile care vi se potrivesc. Scrieți-le lângă următoarele întrebări.

| 1. Stabilirea OBIECTIVULUI | |
|---|--|
| 1. Care este obiectivul dvs.? | |
| 2. De ce este acesta obiectivul dvs.? | |
| 3. Care sunt beneficiile realizării obiectivului respectiv? | |



Defoin





| | |
|---|--|
| 4. Când doriți să-l realizați? | |
| 5. Cum veți ști că v-ați realizat obiectivul? | |
| 6. Cine va mai beneficia de realizarea obiectivului dvs. și în ce mod? | |
| 7. Cum vă veți simți atunci când vă veți realiza obiectivul? | |
| 8. Cât de mult control dețineți asupra obiectivului dvs.? | |
| 9. Ce s-ar întâmpla dacă nu vă veți realiza obiectivul? | |



Defoin





10. Obiectivul dvs. se integrează în obiectivele dvs. de carieră per total?

2. Analizarea REALITĂȚII

11. Ce acțiuni ați întreprins până acum pentru a vă realiza obiectivul?

12. Care au fost rezultatele concrete ale respectivelor acțiuni efectuate?

13. De ce ați ales respectivele acțiuni?

14. Care este situația dvs. din prezent, cu privire la obiectivul dvs.?



Defoin





| | |
|---|--|
| 15. Care sunt obstacolele din prezent? | |
| 16. Ce funcționează bine în prezent? | |
| 17. Ce altă persoană este implicată în realizarea obiectivului dvs.? | |
| 18. Obiectivul dvs. intră în conflict cu oricare alte obiective sau scopuri? | |
| 19. Ce lipsește, în prezent, pentru a avansa? | |
| 20. Cum merge astăzi? | |



Defoin



3. Explorarea OPȚIUNILOR și OBSTACOLELOR

21. Ce opțiuni aveți pentru realizarea obiectivului dvs.?

22. Ce altceva ați mai putea face?

23. Care sunt principalele avantaje ale fiecărei opțiuni?

24. Care sunt principalele dezavantaje ale fiecărei opțiuni?

25. Care ar fi primul pas de făcut pentru fiecare opțiune?



| | |
|--|--|
| 26. Ce constrângeri vedeți pentru fiecare opțiune? | |
| 27. Ce s-ar întâmpla dacă constrângerile ar fi îndepărtate? | |
| 28. Ce alte acțiuni alternative există? | |
| 29. Care sunt riscurile asociate fiecărei opțiuni? | |
| 30. Ce credeți despre fiecare opțiune? | |



Defoin





4. Stabilirea VOINȚEI / MODULUI DE AVANSARE

31. Ce opțiune voi alege pentru a acționa?

32. Care este primul pas pe care îl veți face?

33. Când veți începe?

34. Ce se va întâmpla dacă nu faceți respectiva acțiune?

35. De ce tip de resurse aveți nevoie?



Defoin





| | |
|--|--|
| 36. De unde puteți obține respectivele resurse? | |
| 37. Cine vă va ajuta? | |
| 38. Cum veți ști că v-ați realizat obiectivul? | |
| 39. Când vă veți fi realizat obiectivul? | |
| 40. Ce vă va menține motivația pe drumul spre realizarea obiectivului dvs.? | |



Defoin

Die

I&F
INSTRUCTION & FORMATION

