

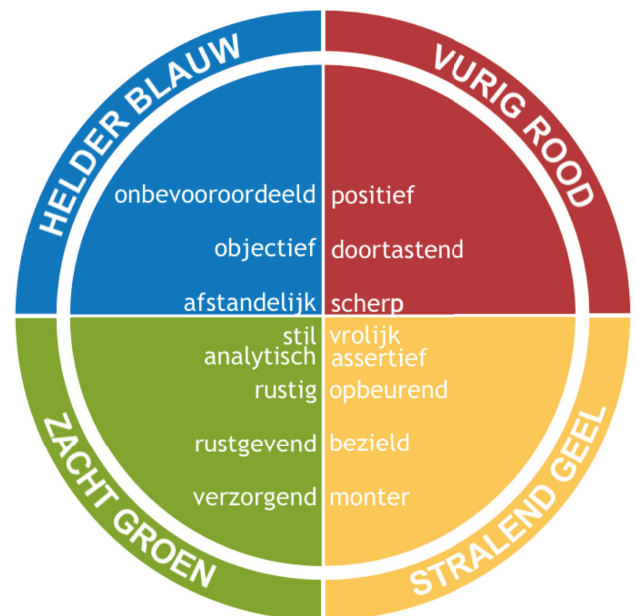
COACHING OEFENINGEN

OEFENING 1

*Kunt u zichzelf en anderen goed inschatten?
Waarom heeft u altijd een secundaire reactie of
waarom doet uw manager altijd zo kortaf?*

U kunt zichzelf en anderen beter leren begrijpen aan de hand van gedragsstijlen, uitgedrukt in kleuren.

In welke kleur herkent u zichzelf en misschien wel uw manager?



OEFENING 2

Het levenswiel is een handig hulpmiddel waarin u op een schaal van 1:10 kunt beoordelen hoe tevreden u bent over verschillende aspecten van uw leven.

Het gaat niet om wat u van het verleden vond of wat u voor de toekomst wilt. Het gaat om de situatie zoals die vandaag de dag is.

