

**Omgeving**

Waar ben ik? Waar reageer ik op, wanneer en met wie?

1. Op welk moment merk ik dat de opdracht mij niet aanspreekt?
2. Wat maakt dat ik deze opdracht niet prettig vind.
3. Kan ik mijn omgeving veranderen?

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Wat gebeurde er? Met wie? Wanneer?
2. Waar reageer je op?
3. Welke invloed heeft de omgeving op jouw gedrag

**Gedrag**

Wat doe ik, hoe pak ik het aan?

1. Wat heb ik precies gedaan met deze opdracht?
2. Welke acties heb ik ondernomen voor- tijdens- en na

de uitvoering van de opdracht?

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Wat deed je? Met welk effect? Wat had je kunnen doen?
2. Is jouw gedrag effectief gezien jouw rol?
3. Wat doe je verbaal en non-verbaal?

**Bekwaamheden**

Wat kan ik, hoe pak ik het aan?

1. Welke vaardigheden heb ik nodig bij de uitvoering van de opdracht? ( RP-competenties?)
2. Welke methode hanteer ik hierbij ( tactieken, denkstrategieën, talenten, inzichten, kwaliteiten)

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Welke vaardigheden kunnen je helpen de situatie anders aan te pakken?
2. Op welke manier zet jij je vaardigheden in bij de uitvoering van het werk, het project…?
3. Hoe doe je dat? Hoe pak je dit aan?

**Overtuigingen**

Waarom doe ik het, wat vind ik belangrijk?

1. Wat vind ik belangrijk in deze situatie?
2. Waarom doe ik deze opdracht?

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Wat geloof je? Wat vind je belangrijk? Wat is het effect hiervan op je handelen?
2. Wat wil je zeker vermijden? Waarom?
3. Wat doe je allemaal om succesvol te zijn?

**Identiteit**

Wie ben ik, wat is mijn levensdoel?

1. Welke persoonlijke doelen streef ik na in deze situatie?
2. Welke rol neem ik aan?

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Waar word ji enthousiast van?
2. Wat is voor jou belangrijk?
3. Wat daagt jou uit? Waar wil jij voor gaan?

**Zingeving**

Van waaruit handel ik?

1. Wat motiveert mij in deze situatie?
2. Wat wil ik bereiken in mijn leven en hoe draagt deze situatie daarin bij?

Vragen die je als coach kunt stellen?

1. Waar draait het voor jou echt om?
2. Wat is jouw levensmissie? Waarom ben je “hier”?
3. Wat is het grotere geheel volgens jou? Wat is jouw meerwaarde hierin?