

Poradenství ve zdravém životním stylu

Jméno

Datum

Jak se po absolvování tohoto předmětu proměnilo mé wellness kolo?

Jak se mi podařilo naplnit můj kontrakt?

S klienty se mi daří navazovat nehodnotící, bezpodmínečný pozitivní vztah 0 _____ 10

Napiš, jak to děláš a proč.

Proč s klienty nastavujeme pravidla a kontrakty? Jaká pravidla jsme měli v našem kurzu?

Jak probíhá mé koučovací sezení? Jaké má fáze?

Svým klientům aktivně naslouchám, a pokud je to vyžádání, poskytuji doporučení č zpětnou vazbu.

Napiš, jak to děláš a proč.

0 _____ 10

Mým hlavním koučovacím nástrojem jsou otázky. Jaké otázky mi přišly nejúčinnější?

Když se mě někdo zeptá: „Co je to wellness?“, odpovím... *dopiš.*

Jakou známkou bych ohodnotil/a svou aktivitu v tomto předmětu? **A B C D E F**

Své hodnocení zdůvodni.