

# LE 5 FASI DEL 1° COLLOQUIO

## 1. Ricerca della Sinergia:

Senza Forzare si ricerca la Sintonia iniziale tra Coach e Cliente (3/5')

*ES. Cosa fai nella vita? Quali sono i tuoi hobby?*



## 2. Descrizione/Misurazione Punto di Partenza:

*l'hai fatto il Test energia? Quanta energia ti è uscita?*

Prima di partire con questa fase dire che h'OBIETTIVO di questo incontro che durerà 45' circa è insegnare un METODO che prima di tutto porta alla "CONSAPEVOLEZZA" per una vita in salute, piena e ricca di soddisfazioni.

2° step. Chiedere di condividere il monitor e di passare dall'account in [www.soluzioneplanetone.com](http://www.soluzioneplanetone.com) ad "RS Ricarica" per andare nell'area "Crea un nuovo Obiettivo"

3° step. Andare sulla sesta riga dell'alto verso il basso e compilare il modulo "Situazione di partenza". Facendo rispondere alle 5

DOMANDE ("Risposte Pesate da 1 a 10") (10-15)



4° step. Andare sulla quinta riga dell'alto verso il basso e compilare il modulo "Antiinfiammatori"

### 3. Ricerca e Visualizzazione Punto di Arrivo:

RS App: Obiettivo- MicroObiettivo-Visione di Benessere (7')



### 4. Creazione Piano di Azione:

dopo aver individuato il 1°MicroObiettivo FARE LA DOMANDA CHIAVE ->

Quanto è importante per arrivare al tuo Micro-Obiettivo la tua forma psicofisica?? Cosa intendi per Forma Psico-Fisica??

COSA PUOI FARE DA DOMANI per avere una migliore forma



Psico\_Fisica??

1 SOLA COSA alla sua postata. (5-10')

### 5. Riepilogo Finale + **pensi di aver bisogno di un supporto esterno???**

Assistiamo la persona e accompagniamola al modulo di acquisto dei servizi dove è il suo interesse. L'ideale sarebbe che faccia l'acquisto con voi in quel momento.

Chiudere con questa domanda: **COSA TI PORTI A CASA DELL'APPUNTAMENTO DI OGGI?**

- 6. Nelle persone con meno del 45% di energia fissare subito il 2° appuntamento. Con loro deciderete se farne 2 o tre GRATUITE.**

**Durata del 1° appuntamento: 45'.**

Durata dell'eventuale 2° appuntamento 30'.

**IL Personal Coach dovrà fare gli appuntamenti con il PC, o massimo il tablet. Idem per il cliente.**

**Nel caso in cui non sia così rischiate di trovarvi in grande difficoltà.**

**Associazione Mentale Positiva con Sessione del Personal Coaching**

Uno degli obiettivi importanti del Coach è quello di far star bene la persona che viene da lui: quando finiscono la sessione questa dovrà avere più energia e un buon ricordo-sensazione della sessione!

In questo modo la mente associa la sessione a qualcosa di positivo!

## **LE DOMANDE CHIAVE DEL PERSONAL COACH :**

**5 cose che ti piacciono, ti fanno respirare. Ti fanno stare bene ?**

**( metafora: antiinfiammatori )**

**Di cosa hai bisogno per stare bene?**

**(metafora: medicina)**

**Dove esageri?**

**(è l'equivalente di dove ti stai ammalando)**

**Quali sono i tuoi semafori arancioni?**

**“.. devi fermarti per evitare di arrivare al punto di rottura”**