

GROW 成長教練模式提問例子

建立目標 Setting GOAL

1. 你今天想傾談什麼？
2. 這個題目對你來說有何重要性？
3. 實現這個目標能為你帶來什麼好處 / 改變？
4. 你會怎樣定義成功？

檢視現況 Evaluating REALITY

5. 到目前為止你做了什麼？
6. 如今哪方面有進展？哪方面沒有進展？
7. 你對現況有什麼體會 / 感受？
8. 是什麼妨礙了前行？
9. 你最大的顧慮是什麼？
10. 你正在運用什麼資源 / 工具 / 網絡？
11. 還有什麼其他考慮因素？
12. 就這事情上帝最近向你說什麼？

探索選項 Exploring OPTIONS

13. 你對未來方向有何想法?
14. 哪個選項最讓你感興奮?
15. 如果... 不是一個限制，你會怎樣做?
16. 倘若你選擇作此事，你會得到/ 失去什麼?
17. 若 XXX 在這裡，他會給你什麼建議?
18. 你還有什麼別的想法?

設定行動 Establishing WAY FORWARD

19. 你將採取什麼行動步驟向前邁進?
20. 你將會什麼時候開始和完成此行動步驟?
21. 什麼事情會妨礙你行動? 你會如何克服?
22. 你需要怎樣的支援? 可以從哪裡得到?
23. 由 1 到 10 分，你實踐這些擬定行動的決心有多大?
24. 你想向神祈求什麼? 我可以怎樣為你祈禱?

連繫 | 溝通 | 共創

Connect | Communicate | Ccreate

Co Builder 是一個基督教事工，致力透過各種培訓和教練諮詢服務，去推動基督教教練 (Christian Coaching) 思維、技巧及文化，以支持不同界別的基督教領袖和門徒能更適切地去關懷、建立及賦權新世代。



想更多了解 Co Builder 事工
及開辦課程的資料，
請登入我們的 Facebook 專頁!