

GROW MUDEL TÖÖTAJAGA EESMÄRKIDE SEADMISEKS

Töötaja nimi: _____

Kohtumise kuupäev: _____

GROW mudel on üks levinumaid coachingu tehnikaid, mis aitab selgelt eesmärke püstitada ja neid saavutada. Võta eesmärk osadeks lahti ja koosta täpne tegevusplaan.

G	GOAL Eesmärk Missugused eesmärgid sul on: 6 kuud / 12 kuud / 3a / 5a Võimalikult detailselt.	
R	REALITY Hetkeseis Mis su tänane seis selles on? Mis on eesmärkidest puudu? Mis tugevused sul selleks on?	
O	OBSTACLES Takistused Mis takistused / võimalused eesmärkide saavutamiseks on? Mida peaksid endas arendama?	
W	WAY Tegevusplaan Mida tuleb teha, et takistused ületada ja eesmärk saavutada? Kuidas mina sind aidata saan?	

Missugust tuge ja kellelt vajaksid eesmärgi saavutamiseks? Millal?

Mida oled valmis enda poolt andma ja millest loobuma eesmärgi saavutamise nimel?
