

100 PYTAŃ

NA POCZĄTEK DNIA

1. Jaka była najlepsza część Twojego dnia?
2. Ile kawy wypites / wypitaś wczoraj?
3. Jakie zadanie było dla Ciebie najbardziej ekscytujące w tym tygodniu?
4. Jaki był Twój wczorajszy najlepszy moment?
5. Czego Ci brakuje lub nie brakuje? Co Cię zaskakuje?
6. Co Cię wczoraj rozbawiło?
7. Co było punktem kulminacyjnym do tej pory?
8. Jakie nowe pomysły dają Ci ostatnio energię?
9. Czy słuchałeś ostatnio czegoś interesującego?
10. Co moglibyśmy teraz zrobić, aby uczynić (dzień / projekt / wydarzenie) jeszcze lepszym?
11. Co zrobisz dzisiaj dla siebie?
12. Jaki nawyk ostatnio u siebie rozwijasz lub ograniczasz?
13. Jaka jest najłatwiejsza / najtrudniejsza część Twojego dnia?
14. Czym są rzeczy, których uświadomiłeś / uświadomiłaś sobie, że ich nie potrzebujesz?
15. Czy posiadasz coś, co wydaje Ci się przydatne w Twojej pracy?
16. Jaką książkę czytasz?
17. Czy jest coś, z czym potrzebujesz pomocy w tej chwili?

WPROWADŹ TROCHĘ ZABAWY

18. Wolisz koty czy psy? / morze czy góry? / upał czy chłód? / zdolność latania czy bycie niewidzialnym?
19. Gdyby Twój dzień zamienił się w film, kogo byś w nim obsadził / obsadziła?
20. Jak opisałbyś / opisałabyś 6-latkowi to, co robisz w życiu?
21. Jakie 3 słowa najlepiej Cię opisują?
22. Jak opisałbyś swój styl życia w zaledwie 3 słowach?
23. Co wiesz, że robisz inaczej niż większość ludzi?
24. Co znajduje się na Twojej liście rzeczy do zrobienia - rzeczy, które chcesz robić lub czego doświadczyć w ciągu swojego życia?
25. Jaki film najlepiej opisuje Twoje dzisiejsze emocje?
26. Z którą sławną osobą chciałbyś / chciałaś zjeść obiad lub pójść na imprezę?
27. Jaka była najbardziej niebezpieczna sytuacja, w jakiej się znalazłeś / znalazłaś?
28. Co jest najbardziej niewiarygodną rzeczą, jaka kiedykolwiek Ci się przydarzyła?
29. Gdzie byś mieszkał / mieszkała, gdybyś nie miał / miała powiązań z żadnym konkretnym miejscem lub pracą?
30. Jaki był Twój ulubiony przedmiot w szkole i dlaczego?
31. Jaki był najlepszy i najgorszy prezent, jaki kiedykolwiek otrzymałeś / otrzymałaś?
32. Co lubiłeś / lubiłaś robić jako dziecko, a czego już nie robisz?
33. Co pomaga Ci być kreatywnym / kreatywną?
34. Jaki jest Twój ulubiony posiłek w ciągu dnia?
35. Jakie było ostatnie miejsce, które odwiedziłeś / odwiedziłaś?
36. Który program telewizyjny śledzisz w tej chwili?
37. Jaki jest Twój ulubiony napój?
38. Jaka jest Twoja ulubiona rzecz, którą masz w domu?
39. Jaki jest Twój ulubiony sposób podróżowania?

ZMIEN PERSPEKTYWĘ

40. Jaka jest najważniejsza rzecz, która wydarzyła się w Twoim życiu w ciągu ostatniego miesiąca?
41. Wymień jedną wielką satysfakcję i jedną przykrość, której doświadczyłeś / doświadczyłaś w tym roku.
42. Co w Twoim życiu potrzebuje teraz najwięcej uwagi?
43. Co pozytywnego widzisz w tej sytuacji?
44. Jak możesz zmienić swoją sytuację lub sposób reagowania na nią?
45. Czy doświadczasz najlepszego, czego w tej sytuacji się spodziewałeś / spodziewałaś?
46. Co w tej sytuacji jest pod Twoją kontrolą, co możesz naprawdę zmienić?
47. Jakie środki wykorzystałbyś / wykorzystałabyś, aby pokonać tę przeszkodę?
48. Znasz kogoś, kto mógłby Ci w tym pomóc?

DLA MENEDŻERÓW I LIDERÓW

49. Jak mogę ułatwić Ci dzień w 5 minut?
50. Jakie masz marzenia o przyszłości swojej firmy / zespołu?
51. Co jest najlepszego w pracy z Twoją firmą / zespołem / projektem?
52. Jaka jest jedna rzecz, której potrzebujesz, aby przenieść swój zespół na następny poziom?
53. Jakie zmiany sprawiłyby, że praca stałaby się znowu przygodą, a nie utrapieniem?
54. Co przynosi Ci, jako liderowi 80% radości?
55. Co przynosi Ci, jako liderowi 80% stresu?
56. Co Cię teraz motywuje?
57. Jak ta praca wydobywa z Ciebie to, co najlepsze?
58. Jakie są teraz Twoje 3 najważniejsze wyzwania i szanse?
59. Co musi się zmienić w tym, kim jesteś, aby Twoja firma i zespół dotarli tam, gdzie powinni?

POZNAJ SWOJĄ DRUŻYNĘ LEPIEJ

60. Kto pomógł Ci stać się osobą, którą jesteś dzisiaj?
61. Czego chciałbyś / chciałaś doświadczyć w pracy i w życiu prywatnym??
62. Co jest w Tobie charakterystycznego, przez co mogę Cię zapamiętać?
63. W czym jesteś skrycie dobry, a inni tego nie wiedzą?
64. Co jest Twoją siłą, czym możesz wesprzeć zespół?
65. Jakie 5 rzeczy kochasz w sobie?
66. Co jest Twoją słabością, przez co skorzystałbyś / skorzystałabyś ze wsparcia zespołu?
67. Co zapewnia Ci największą satysfakcję z pracy?
68. Czego nie możesz znieść w pracy?
69. Co najbardziej cenisz u innych?
70. Gdyby pieniądze nie były problem, jak zmieniłoby się Twoje życie?
71. Co wprowadza Cię w dobry humor?
72. Co zawsze sprawia, że się uśmiechasz?
73. Jakiej rady udzieliłbyś sobie mającemu / mającej 20 lat?
74. Jaka jest jedna lekcja życia, którą Twoim zdaniem każdy powinien znać?

ODKRYJ PRAWDZIWIY CEL, WARTOŚĆ I PASJĘ

76. Jakie jest Twoje największe marzenie zawodowe?
77. Która historia Twojego życia najtrafniej przedstawia Twoją osobowość?
78. Gdybyś mógł / mogła zmienić jedną rzecz w swoim życiu, co by to było?
79. Na jakich sprawach naprawdę Ci zależy w otaczającym Cię świecie?
80. Co musiałeś / musiałaś zrobić w życiu?
81. Jakie ważne marzenia chciałbyś / chciałaś zrealizować w ciągu najbliższych 5 lub 10 lat?
82. Jak przyczyniasz się do budowania lepszego społeczeństwa?
83. Będąc dzieckiem o jakim zawodzie marzyłeś / marzyłaś?
84. Jak wygląda Twoja wizja idealnego życia?
85. Co oznacza dla Ciebie sukces zawodowy?
86. Co uważasz za swoje największe osiągnięcie?
87. Co najbardziej sobie cenisz w życiu zawodowym i prywatnym?
88. Co oznacza dla Ciebie wierność zasadom i przekonaniom?
89. Co jest dla Ciebie najbardziej pasjonujące w życiu?
90. Co na stałe daje Ci satysfakcję?

ZMIEN SWOJĄ PRZYSZŁOŚĆ

91. Jakie możliwości widzisz dla siebie w tym momencie?
92. Dokąd chciałbyś / chciałaś się udać, aby wypocząć?
93. Czego byś spróbował / spróbowała, będąc naprawdę radykalny / radykalna?
94. Co jest najhojniejszym gestem, jaki ostatnio widziałeś / widziałaś?
95. Czego ostatnio doświadczyłeś / doświadczyłaś, co sprawiło, że poczułeś / poczułaś radość, szczęście i dumę?
96. Na jaką lekcję wyniesioną z doświadczenia liczysz dla siebie i reszty zespołu?
97. Jak możemy wykorzystać tę sytuację, aby zmienić przyszłość firmy?
98. Co chcesz zmienić?
99. Co mogłoby stać się Twoim pierwszym krokiem?
100. Jak pobudzisz się do działania?