



Grow

📋 Descripción

Es un método utilizado para la **estructuración de las sesiones**. Es una herramienta de apoyo para el Coach en la **construcción de una sesión de Coaching efectiva**.

🎯 Objetivos

Facilitar la **interacción entre el coach y el coachee**; establecer el estado actual y el **estado deseado** para definir el **plan de acción** para alcanzar los objetivos del cliente.

🕒 Desarrollo

Durante la sesión de Coaching, el Coach plantea al cliente una serie de **preguntas estructuradas que definen las 4 partes a trabajar**:

1. **Goal**
2. **Reality**
3. **Options**
4. **What, when, who...**

1. Goal

Establecer la meta

2. Reality:

Examinar la realidad

3. Options:

Contemplar las acciones

4. What, when, who...

Establecer los parámetros del plan de acción