

セッション準備シート

日付 _____ / _____ / _____

名前 _____

このシートは次のコーチングセッションに向けたあなたの準備を助けるためのものです。下記の質問について考え、次回のセッションまでに書いておきましょう。次のセッションの内容がここで答えたことだけに限定されるわけではありませんが、何を話すのかについて整理する助けとなるでしょう。よりよいコーチングを実現するためにご活用ください。

1. 前回のセッション以降、どのように前進しましたか？

2. 前回のセッション以降、どのような新しい気づきがありましたか？

3. いまは、どんな挑戦や問題に直面していますか？

4. いまは、どんな可能性やチャンスがあると思いますか？

5. 次のセッションでは取り組みたいと思うトピックは何ですか？