

コーチングを振り返って

一連のコーチングセッションを振り返ってみましょう。

日付 _____ / _____ / _____

名前 _____

1. 当初のゴールについてどんな進展を獲得したでしょうか？

2. どんな価値ある気づきがありましたか？

3. どんな理由で何を選びましたか？

4. どんな決心をしたでしょうか？

5. どのような行動を取ったのでしょうか？

6. この過程でどんなことを学んだのでしょうか？

7. 自分自身についてどんな発見をしたのでしょうか？

8. 今後、どのように前進したいですか？