

コーチングのタイトル・シート

あなたがこれからコーチングを受けることによって解決したいと思う
“いま抱えている課題” にタイトルを付けてみましょう。

セルフコーチング・シート

1. タイトル

3. 理想

2. 現状

4. 条件

ギャップを埋める条件

- ① 能力
- ② 行動
- ③ 環境

