

LEMBAR INFO KLIEN & DETAIL KONTAK

Catatan: *Seluruh informasi pribadi tersimpan dengan aman, mengacu pada undang-undang yang berlaku, dan kerahasiaannya tetap terjaga*

Informasi Klien

Nama Lengkap : Rahel Cristina Silalahi
Nama Panggilan : Rahel
Alamat : Jl. Veteran No. 40 RT. 15

Nomor Telepon/Detail Kontak

Rumah : Kantor :
Cellphone(s) : 082248454048 Skype ID :
Email(s) : rahelsilalahi766hi@gmail.com

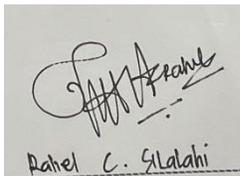
Informasi Pekerjaan

Jabatan : Mahasiswa
Instansi : Universitas lambung mangkuratIndustri :

Informasi Pribadi

Tempat/tanggal lahir : Balige / 14 Januari 2006
Status Pernikahan : Belum Menikah

Banjarmasin, 15 September 2023



Rahel C. Silalahi

LEMBAR PENDAHULUAN COACHING**(Persiapan Untuk Sesi Coaching)**

Coach : Siti Wasilah

Coachee : Rahel Cristina Silalahi

1. Topik/isu yang ingin saya bahas:

Bagaimana Cara yang tepat untuk beradaptasi di Fakultas Kedokteran Jika mahasiswanya termasuk orang yang introvert

2. Mengapa topik/isu ini penting?

Bagaimana langkah - langkah atau cara prespektif saya ke depan untuk bisa push di kedokteran agar dapat menerima pembelajaran dengan efektif dan kenapa kedua hal itu penting dibahas agar saya dapat beradaptasi dan tidak menyerah dengan jurusan itu

3. Rencana saya untuk menyelesaikan topik/isu ini:

Saya orang susah berbaur bisa disebut pemalu terladang orang beranggapan bahwa saya cuek karena susah falam menghadapi pertemanan. Bagaimana solusi yang tepat untuk mengatasi hal tersebut

RINGKASAN COACHING

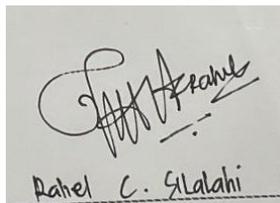
Coach : Siti Wasilah
 Tanggal : 15 September 2023

Coachee : Rahel Cristina Silalahi
 Durasi : 38.30

Tujuan (<i>Goal</i>)
Mendapatkan cara agar bersemangat kuliah di FK dan bisa menyerap pelajaran dengan baik
Gambaran secara lebih rinci (<i>Goal Descriptions</i>)
<ul style="list-style-type: none"> - menangkap cepat - berambisi terhadap materi - bersemangat mempelajari suatu topik

Mohon lengkapi rencana aksi ini dengan Coach Anda di akhir sesi coaching.

Rencana Aksi (<i>Action Plans</i>)	Jadwal Waktu (<i>Deadline</i>)
<ul style="list-style-type: none"> - belajar untuk menguatkan diri, menghargai diri sendiri bahwa bisa seperti org lain - berlatih percaya diri - memulai untuk berani menyampaikan pendapat - mencari teman yang mengajak belajar - membuka diri dan belajar memilai komunikasi spy bs berteman 	Mulai dr tgl 21 Sept 2023
Sesi Coaching Berikutnya (<i>Next Coaching Session</i>) Tanggal:	



Rahel C. Silalahi



UMPAN BALIK COACHING

Coach : Siti Wasilah

Coachee : Rahel Cristina Silalahi

Mohon tuliskan narasi singkat tentang pengalaman coaching Anda di tabel-tabel berikut.

1. Bagaimana pandangan Anda tentang sesi coaching ini dalam membantu menangani masalah Anda saat ini?

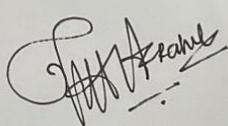
Sangat membantu

2. Apa yang dapat ditingkatkan dalam sesi coaching ini untuk memastikan sesi coaching berikutnya dapat berjalan lebih baik?

Dibantu untuk melupakan masa lalu

3. Siapa orang yang Anda kenal, yang Anda rasa perlu untuk mendapatkan sesi coaching ini?

Teman kost



Rahel C. Silalahi

Tanda Tangan Coachee



Tanda Tangan Coach