

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 : Helny
Nama Panggilan : Helny
Alamat : jakarta

Nomor Telepon/Detail Kontak

Rumah :	Kantor :
Cellphone(s) : 0811963656	Skype ID :
Email(s) :	

Informasi Pekerjaan

Jabatan : Entrepreneur
Instansi :
Industri :

Informasi Pribadi

Tempat/tanggal lahir :
Status Pernikahan : Menikah

Via Zoom, 7 Nov 2023

Helny

Tanda Tangan Coachee

LEMBAR PENDAHULUAN COACHING

(Persiapan Untuk Sesi Coaching)

Coach : Erni

Coachee : Helny

1. Topik/isu yang ingin saya bahas:

Ingin menurunkan Berat badan

2. Mengapa topik/isu ini penting?

Karena investasi terbesar adalah kesehatan agar kalau sdh tua tdk merepotkan dan bisa beribadah

3. Rencana saya untuk menyelesaikan topik/isu ini:

Mengetahui langkah-langkah untuk menurunkan Berat Badan

RINGKASAN COACHING

Coach : Erni
Tanggal : 7 Nov 2023

Coachee : Helny
Durasi : 60 menit

Tujuan (<i>Goal</i>)
Bisa menurunkan Berat Badan untuk kesehatan untuk menjaga amanah dari Allah
Gambaran secara lebih rinci (<i>Goal Descriptions</i>)
1. Berat badan mencapai ideal di usia 51 tahun 2. BB sampai 57 – 60 kg tinggi 158 3. Turun sekilo tiap minggu dari 69 kg 4. Target sampai 2 bulan

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

Rencana Aksi (<i>Action Plans</i>)	Jadwal Waktu (<i>Deadline</i>)
1. Konsultasi dengan Ahli 2. Menurunkan BB seminggu 1 kg	1. November 2023 2. Setiap minggu dimonitor
Sesi Coaching Berikutnya (<i>Next Coaching Session</i>) Tanggal:	

Helny

Tanda Tangan Coachee

Erni Herdiani

Tanda Tangan Coach

Form ECA 7

UMPAN BALIK COACHING

Coach : Erni

Coachee : Helny

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?

Alhamdulillah sdh semakin terlihat langkahnya dan makin semangat

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

Sudah bagus dan sesuai frame work

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

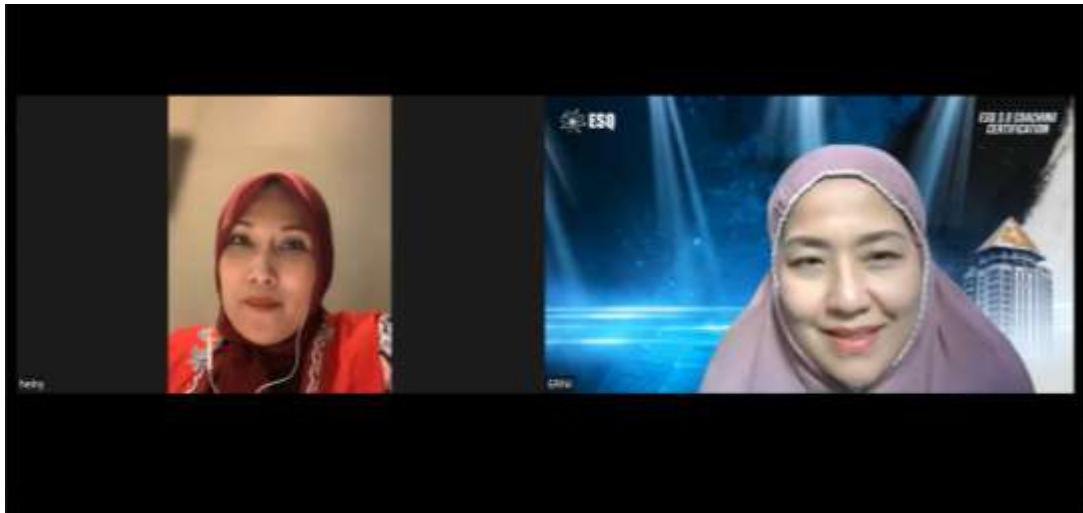
Aini

Helny

Tanda Tangan Coachee

Erni Herdiani

Tanda Tangan Coach



Persetujuan Coachee

