

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 : Intan Sevina
Nama Panggilan : Intan
Alamat : Jl. Jatayu, Kebayoran Lama Selatan, Jakarta Selatan
Usia : 27 Tahun

Nomor Telepon/Detail Kontak

Whatsapp : 081584931754 Kantor :
Email : Instagram : @intansevina

Informasi Pekerjaan

Jabatan : Finance Staff
Instansi : Swasta
Industri : PT Hana Aero Nusantara Agent

Informasi Pribadi

Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 13/09/1996

Status Pernikahan: Belum Menikah



Intan Sevina

LEMBAR PENDAHULUAN COACHING

(Persiapan Untuk Sesi Coaching)

Coach: Hafidz Fathudin

Coachee: Intan Sevina

1. Topik/isu yang ingin saya bahas:

Ingin menjadi lebih tangguh

2. Mengapa topik/isu ini penting?

Takut dan Cemas adalah hal yang paling dominan yang menghambat saya dan saya tidak tau harus apa selain terus menghindar. Saya tidak bisa menentukan skala prioritas yang membuat semuanya berantakan dan tidak ada yang berjalan. Saya kebingungan tentang baik, buruk, benar, salah

3. Rencana saya untuk menyelesaikan Topik/Isu ini:

Belajar bagaimana caranya bermental tangguh dan tidak lagi kebingungan menilai suatu hal

Coachee



Intan Sevina

Coach



Hafidz Fathudin

RINGKASAN COACHING

Coach : Hafidz Fathudin

Coachee : Intan Sevina

Tanggal : 25 December 2023

Durasi : 1 jam 0 menit

Tujuan (Goal)
Menjadi lebih tangguh dan fokus terhadap diri sendiri
Gambaran secara lebih rinci (Goal Descriptions)
Memulai membaca dan mendengar yang positif, dan memulai usaha bisnis yang baru ID : Mandiri LB : Ketakutan berlebih terhadap penilaian orang lain

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

Rencana Aksi (Action Plan)	Jadwal Waktu (Date Line)
<ol style="list-style-type: none"> Setting Space rumah Memulai usaha yang baru (bakery) Membaca Buku 	<ol style="list-style-type: none"> Jumat – 29 Desember 2023 Sabtu – 30 Desember 2023 Setiap hari, 1 jam (jam 7 – 12)
Sesi Coaching Berikutnya (Next Coaching Session) Tanggal: 1 Januari 2024	Waktu: 10.30

Coachee



Intan Sevina

Coach



UMPANBALIK COACHING

Coach : Hafidz Fathudin

Coachee : Intan Sevina

Mohon tuliskan narasi singkat tentang pengalaman coaching anda di table-tabel berikut:

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

Menjadi lebih sadar untuk diri sendiri dan tidak fokus dengan orang lain

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

Keep on, tidak ada.

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

Keluarga saya.