

BORANG MAKLUMAT COACHEE**Maklumat Coachee**

Nama Penuh : SITI FARAH ALVANI BINTI ZAINUDIN
Nama Panggilan : FARAH
Alamat : NO-36 JALAN P8B/1
PRESINT 8, 62250 PUTRAJAYA

Nombor Telefon

No. tel. (Rumah) : — No. tel. (Pejabat) : —
No. hp : 013-2793977 Skype ID : —
Email : sitifarahalwani@gmail.com

Maklumat Pekerjaan

Organisasi : JABATAN KERAJAAN (PEJABAT PERDANA MENTERI)
Jawatan : PENOLONG SETIAUSAHA
Industri : —

Maklumat Peribadi

Tempat / Tarikh Lahir: HOSPITAL KOTA BHARU / Status Perkahwinan: BERKAHWIN
17/11/1983

Tandatangan Coachee



BORANG PENGENALAN SESI COACHING
(Persiapan Sebelum Sesi Coaching)Coach: SAIKINCoachee: SITI FARAH ALWANI BT ZAINUDIN

1 Topik/isu yang ingin saya bincangkan:

TENANG, SIHAT, EMOSI, MEMBERI MANFAAT

2. Mengapa topik/isu ini penting?

penting kerana ia tuntutan hidup sehari-hari

3. Rancangan saya untuk menyelesaikan topik/isu ini:

bercerita, berkongsi, mencari arah tuju hidup sebenar

Tandatangan Coachee



Tandatangan Coach

RINGKASAN COACHING

Coach: SHIKIN Coachee: SITI FARAH ALWANI BT ZAINUDDIN
Tarikh: 23/1/25 Tempoh: _____ jam 45 minit

Tujuan (Goal)
untuk mencari makna sebenar tenang dan apa tujuan hidup yang sebenar
Gambaran secara lebih terperinci (Goal Description)
lebih memaafkan, mindset, setiap yang terjadi ada hikmahnya. Sakit daripada emosi yang terpendam selama ini

Mohon lengkapkan rancangan action plan ini dengan Coach anda, di akhir sesi coaching.

Rancangan Tindakan (Action Plan)	Jadual Waktu (Due Date)
1. Jika marah, duduk, wuduk	sekarang dan seterusnya (23/1)
2. Berzikir, berdoa	23/1
3. Ingat Allah,	23/1
4. Mindset	23/1
Sesi Coaching Berikutnya (Next Coaching Session)	
Tarikh:	Waktu: <u>semana</u> ^{bilang} <u>per</u> ⁱⁿ (TBC)



Tandatangan Coachee



Tandatangan Coach

MAKLUMBALAS COACHING

Coach

: SHIKIN

Coachee

: SITI FARAH ALWANI
BINTI ZAHMUDIN

Mohon tuliskan penjelasan ringkas tentang pengalaman sesi coaching anda di ruang berikut:

1. Persepsi anda tentang coaching untuk membantu anda menangani isu peribadi atau isu pekerjaan anda?

membantu saya untuk meluahkan perasaan. Melihat diri daripada perspektif yang berbeza. Realize bahawa semua yang berlaku adalah cara untuk lebih dekat dengan pencipta.

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

so far, ok - senang difahami.

3. Adakah anda akan mengesyorkan praktik coaching ini kepada orang lain atau organisasi anda? Siapakah yang anda rasa memerlukan sesi coaching?

Ya. Ramai yang perlukan coaching untuk mengenalerti tujuan hidup sebenar. Masalah selesai bila kita dapat mencari dan memahami hakikat sebenar hidup ini.