

Préparation à la Séance à Venir (Formulaire)

Nom: _____ Date: _____

Date de la séance : _____ Prochaine séance _____

Qu'ai-je fait depuis la dernière séance ? :

Que voulais-je faire et que je n'ai pas fait ? :

Défis/problèmes auxquels je fais face actuellement :

Opportunités à ma portée actuellement :

J'ai besoin de l'aide de mon coach au cours de la prochaine séance pour :

Qu'est-ce que je m'engage à faire d'ici à la prochaine séance ? :
