

Mục đích

Hồ sơ Coachee được thiết kế để giúp bạn theo dõi tiến trình và quá trình học hỏi trong một chương trình coaching hiệu quả gồm 12 buổi.

Hướng dẫn sử dụng

1. Các phiếu bài tập trong hồ sơ này được thiết kế cho cả bản kỹ thuật số và bản in. Hãy cân nhắc cách bạn muốn sử dụng các phiếu này phù hợp với sở thích của mình.
2. Sau khi nhập tên của bạn vào ô tên, tên sẽ được tự động điền vào tất cả các phiếu còn lại trong hồ sơ này.
3. Các ô văn bản có thể điền được giới hạn số ký tự để bạn luyện tập viết theo phong cách SSG (súc tích, cụ thể và hào phóng) khi ghi lại hiểu biết và hành động.
4. Đôi khi, huấn luyện viên của bạn có thể gửi cho bạn các phiếu bài tập bổ sung không có trong hồ sơ này. Các phiếu "bonus" này sẽ giúp bạn suy nghĩ sâu hơn về các khía cạnh cụ thể của cuộc sống.
5. Đọc kỹ Thỏa Thuận Coaching và liên hệ với huấn luyện viên nếu có câu hỏi trước khi ký.

Tổng quan về các phiếu bài tập:

1. Các phiếu cho Buổi 1 và Buổi 2 đi kèm với các phiếu hỗ trợ như Mục Tiêu Chính, Mục Tiêu Phụ và Kế Hoạch Chiến Lược. Các phiếu này giúp bạn xác định rõ mục tiêu và hành động ngay từ đầu.
2. Bạn sẽ sử dụng Phiếu Buổi Traction thường xuyên nhất. Các phiếu này giúp bạn có các cuộc trò chuyện coaching hiệu quả trong Buổi 3-11.
3. Phiếu Trước Buổi Coaching là tùy chọn. Nó giúp bạn và huấn luyện viên chuẩn bị cho mỗi buổi.

Phiếu Buổi 1	Trang 4
Phiếu Mục Tiêu Chính	Trang 5
Phiếu Mục Tiêu Phụ	Trang 6
Phiếu Buổi 2	Trang 7
Phiếu Kế Hoạch Chiến Lược	Trang 8
Phiếu Buổi Traction	Trang 9-17
Phiếu Buổi Hoàn Thành	Trang 18

HỌ TÊN

BUỔI SỐ

NGÀY

Bối cảnh buổi học:

HIỂU BIẾT TỪ BUỔI COACHING

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HÀNH ĐỘNG TRƯỚC BUỔI TIẾP THEO

MỤC TIÊU #

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HỌ TÊN

NGÀY

Hướng dẫn thiết lập mục tiêu chính:

- Phải truyền cảm hứng cho cả coachee lẫn huấn luyện viên
- Không được liên quan quá chặt đến một mục tiêu chính khác
- Nên mang tính thử thách nhưng có thể đạt được trong thời gian coaching
- Phải có thể diễn đạt mục tiêu trong một câu
- Cần có thể đo lường được, với tiêu chí đo lường là một phần của mục tiêu

Mục tiêu 1

Mục tiêu 2

Mục tiêu 3

HỌ TÊN

NGÀY

Hướng dẫn thiết lập mục tiêu phụ:

- Là trọng tâm thứ yếu của coaching
- Phải khác biệt với các mục tiêu chính
- Phải có thể diễn đạt trong một câu
- Cần có thể đo lường được

Mục tiêu 1

Mục tiêu 2

Mục tiêu 3

Mục tiêu 4

Mục tiêu 5

Mục tiêu 6

HỌ TÊN	BUỔI SỐ	NGÀY
--------	---------	------

Mục tiêu 1: _____

Các giai đoạn:

1	5
2	6
3	7
4	

Mục tiêu 2: _____

Các giai đoạn:

1	5
2	6
3	7
4	

Mục tiêu 3: _____

Các giai đoạn:

1	5
2	6
3	7
4	

HỌ TÊN

BUỔI SỐ

NGÀY

Mục tiêu

Liên quan đến Mục tiêu 1

Liên quan đến Mục tiêu 2

Liên quan đến Mục tiêu 3

Bối cảnh buổi học

HIỂU BIẾT TỪ BUỔI COACHING

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HÀNH ĐỘNG TRƯỚC BUỔI TIẾP THEO

MỤC TIÊU #

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HỌ TÊN

BUỔI SỐ

NGÀY

Mục tiêu

Liên quan đến Mục tiêu 1

Liên quan đến Mục tiêu 2

Liên quan đến Mục tiêu 3

Bối cảnh buổi học

HIỂU BIẾT TỪ BUỔI COACHING

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HÀNH ĐỘNG TRƯỚC BUỔI TIẾP THEO

MỤC TIÊU #

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HỌ TÊN

BUỔI SỐ

NGÀY

Mục tiêu

Liên quan đến Mục tiêu 1

Liên quan đến Mục tiêu 2

Liên quan đến Mục tiêu 3

Bối cảnh buổi học

HIỂU BIẾT TỪ BUỔI COACHING

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HÀNH ĐỘNG TRƯỚC BUỔI TIẾP THEO

MỤC TIÊU #

1

2

3

4

5

6

7

8

9

HỌ TÊN

BUỔI SỐ

NGÀY

Mục tiêu

Liên quan đến Mục tiêu 1

Liên quan đến Mục tiêu 2

Liên quan đến Mục tiêu 3

BỐI CẢNH BUỔI HỌC

HIỂU BIẾT TỪ BUỔI COACHING

1

2

3

4

5

6

KẾT QUẢ MỤC TIÊU

Mục tiêu 1 _____ %

Mục tiêu 2 _____ %

Mục tiêu 3 _____ %

CÁC BƯỚC TIẾP THEO