

# SKRIP ONE TO ONE COACHING

## **GOALS**

1. WHAT? Apa yang diinginkan?
2. VAK? Apa yang dilihat, dengar dan rasakan?
3. WHEN, WHERE, WHO? Kapan? Dimana? Dengan siapa?

## **OPTIONS**

4. STEP? Apa langkah-langkah yang akan dilakukan?
5. STRENGTH? Apa kekuatan yang dapat membantu anda?
6. START? Mana yang Anda lakukan?

## **BARRIERS**

7. CHALLENGES? Apa rintangan yang dapat menghalangi?
8. CHANCE? Sejauh mana dapat diselesaikan?
9. CHANGE? Apa yang akan dilakukan?

## **SUPPORT**

10. SUPPORT? Dukungan yang diperlukan?
11. WHO? Siapa yang dapat membantu?
12. HOW? Bagaimana cara mendapatkannya?

## **ACTION**

13. PRIORITIZE? Apa saja yang Anda dapatkan? Apa keputusan Anda?
14. TIMELINE? Bagaimana tahapannya?
15. MILESTONE? Apa buktinya?