

Дата «__» _____ 20__ г.

Клиент _____ Коуч _____

S(конкретные).M(измеряемые).A(достижимые).R(реалистичные).T(гибкие и определенные во времени)

Goals (Цели) Что ты хочешь?

What, When, Who, Will (ТО) Что ты сделаешь?

Reality (Реальность) Что происходит сейчас?

Options (Варианты) Что бы ты мог сделать?



Окружающая среда — Поведение — Способности/Возможности — Ценности/Убеждение — Идентичность — Миссия

1. Я сам; 2. Я другой; 3. Я наблюдатель; 4. Я моя система