RAÚL PÉREZ COACH BIJ

Coaching Transpersonal & Ejecutivo

# PRE · Reflexión antes de cada sesión

Este documento te ayudará a ver tus avances a lo largo del proceso y a decidir qué quieres trabajar en la próxima sesión. Tómate unos minutos para reflexionar sobre estas preguntas.

Tus respuestas son solo para ti: no hace falta que me las envíes. Si quieres, tráelas a la sesión.

**Fecha de la próxima sesión:**

---

**Mi objetivo para todo el proceso es:**

---

---

**Esto es lo que he conseguido desde la última sesión:**

---

---

---

**Esto es lo que no he hecho, aunque tenía intención de hacerlo:**

---

---

---

**Esto es en lo que quiero profundizar en la próxima sesión:**

---

---

---