ADIMIO | Çalışma formu

İletişim mesajı çalışma formu

Bu formu kendi hedeflerine göre doldur. Gereksiz kişisel bilgi yazma.

Tarih: _____ Hedef: _____

Gözlemlenebilir olay	Hissettiğim veya ihtiyaç duyduğum şey	Açık isteğim	Karşı tarafın yanıtı

Değerlendirme

Ne işe yaradı? _____

Neyi değiştireceğim? _____

Bir sonraki adımım: _____