

Als Vorbereitung zu unserem Gespräch mach Dir in aller Ruhe Gedanken zu den folgenden Fragen und schreibe Deine Antworten auf. Sei ehrlich mit Dir selbst und versuche so tief wie möglich zu gehen. Das kann Dir bereits Hinweise oder sogar mehr Klarheit über Deine aktuelle Situation geben und Du kannst besser entscheiden, was Du mit mir anschauen möchtest.

Ziele & Wünsche

- Was ist das wichtigste Anliegen Deiner Anfrage an mich?
- Was ist das Thema in Deinem Leben (Beruf/Privat), das Du mit meiner Unterstützung klären möchtest?
- Welche Methoden/Strategien hast Du bisher unternommen, um dieses Thema zu lösen?
 - Was hat funktioniert, was nicht?
 - Was erwartest Du von unserer Zusammenarbeit?
- Was ist Deine grösste Angst bezüglich unseres Coachings?
- Was ist Dein allergrösster Wunsch bezüglich unseres Coachings?
- Was ist Deine Zielsetzung (kurz-, mittel-, langfristig)?
- Was ist die grösste Hürde, die Du gemeinsam mit mir überwinden möchtest?
- Beschreibe kurz Deine berufliche und private Situation.