

Vorbereitung auf das 2. Einzelcoaching

Name		Vorname	
Datum 1. Session		Datum 2. Session	

Nimm dir einen Moment Zeit, die Vorbereitungsfragen für das zweite Coaching zu beantworten. Diese Fragen dienen der Reflexion des ersten Coaching Termins und zugleich als Vorbereitung auf unseren zweiten Termin.

1. Auf einer Skala von 1-10, wie ging es dir direkt nach unserem ersten Termin?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gar nicht gut

sehr gut

2. Hast du am nächsten Tag und die Tage seit unserer letzten Session noch über die Erkenntnisse der 1. Session nachgedacht? Wenn ja, was waren deine Gedanken?

3. Hat sich etwas in deinem Leben seitdem verändert? Merkst du selbst, dass du dich in bestimmten Situationen anders verhältst/anders reagierst?

4. Hat dich seit unserer ersten Session eine Person aktiv darauf angesprochen, dass du dich verändert hast/du anders wirkst? Oder dich in Situationen anders verhältst/anders reagierst?

5. Welche Wünsche/Erwartungen hast du an das zweite Coaching?

Bitte sende mir deine Antworten einige Tage vor unserem Coachingtermin per E-Mail.

SEI DIE BESTE VERSION DEINER SELBST.

Miriam Nagler
Clemensstraße 123
80796 München
Tel +49 176 201 539 67
E-Mail info@digital-m-communication.com