

Der Ablauf eines Coachingprozesses



Der gesamte Coaching-Prozess umfasst mit Vorgespräch, Erstgespräch, Coaching-Gesprächen und mentalem Abschluss zwischen sechs und zehn Terminen.

Prozess-Stück	Gesprächsphase	Um was es geht
Analyse im HEUTE, mit Blick auf MORGEN.	Vorgespräch (1 Termin) <u>Zeit:</u> ca. 30 Minuten <u>Ziel:</u> Klärung, ob der Klient und der Coach gemeinsames Interesse an einer Zusammenarbeit haben. Im Nachgang erhält der Auftraggeber den Vertrag und ein individuelles Konzept.	Was ist Coaching? Erörterungen der jeweiligen Perspektiven mit Anliegen und Erwartungen. Es geht um SIE. Was dürfen Sie von mir erwarten?
Kick-Off-Gespräch	Erst-Gespräch als fester Bestandteil des Coaching-Prozesses (1 Termin) <u>Zeit:</u> ca. 90 Minuten <u>Ziel:</u> Detaillierte Zielklärung. Schriftlich.	Erarbeitung einer tragfähigen Beziehungs- & Arbeitsebene. Überprüfung des Ziels nach SMART.
»Das Ziel ist der Weg« - Dr. Stefan Frädrich -	Coaching-Gespräche <u>Zeit pro Gespräch:</u> ca. 90 bis 120 Minuten <u>Zeitfenster:</u> ca. 3 bis 7 Gespräche <u>Ziel:</u> Das avisierte Ziel wird schrittweise mit Leben gefüllt.	Bewusstsein schaffen. Definition von Handlungsfeldern. Stete Zwischenevaluierungen.
Nachhaltigkeit	Mentaler Abschluss (1 Termin) <u>Zeit:</u> ca. 90 bis 120 Minuten <u>Ziel:</u> Evaluierung des Coachings.	Reflektion von Prozess und Inhalt. Wirksamkeit des Coachings auf den individuellen Prüfstand stellen.
Follow up	Follow up (1 bis 2 Termine) <u>Zeit:</u> ca. 30 bis 60 Minuten <u>Ziel:</u> Überprüfung der Ergebnisse	Reflektion der Zeit nach dem Coaching. Nach 3 und / oder 6 Monaten. Wurde das Besprochene angewandt? Wie geht es dem Klienten damit?

Petra Lienhop

*Business Speaker. Executive Coach. Sparrings-Partnerin für Protagonisten.
Ihre Kompetenz für bewusstes, authentisches & effektives Selbstmarketing*

Auf ein gesprochenes Wort: +49 (0)5132 50 46 775 | +49 (0)175 58 14 219

Wer schreibt, bleibt: pl@petra-lienhop.eu

Für ein Mehr an Informationen: www.petra-lienhop.eu