



1

Kontakt

- Coaching Bedarf realisieren
- Erstes Gespräch mit Kennenlernen
- Kontext klären und Vertrauen aufbauen

2

Vereinbarung / Kontrakt

- Klärung der Fragestellung / Erwartungen
- Zielsetzung
- Planung und Strukturierung

3

Analyse

- Ursachen und Symptome erforschen
- Potenzial und Blockaden analysieren
- SOLL und IST Situation herausarbeiten

4

Lösungsfindung

- Ausarbeitung von Handlungsoptionen
- Unterstützung zur Selbsthilfe
- Ausnahmen und Lösungserlebnis

5

Umsetzung

- Handlungen ausführen
- Interventionen
- Übungen / Transfer

6

Review

- Zielerreichung kontrollieren
- Erfolgsmessung, Aufwand und Hürden
- Ableitung neuer Handlungsschritte

7

Abschluss

- Gegenseitiges Feedback
- Bewertung Coachingprozess
- Formale Beendigung des Kontrakts