

# Anhang I | Muster und Formulare

## 1. Coachingvereinbarung



### Präambel

Coaching ist ein freier, aktiver und selbstverantwortlicher Prozess und beruht auf Kooperation und gegenseitigem Vertrauen.

Coaching ist keine Beratung, Psychotherapie oder irgendeine Form medizinischer Behandlung. Weder die Feststellung noch die Linderung oder Heilung eventueller krankhafter Zustände des Klienten sind Gegenstand dieses Vertrags.

### Vertragsgegenstand und Vertragsbeginn

1. Ziel dieses Vertrags ist

---

Der Coach übernimmt keine Erfolgsgarantie für das Erreichen des beabsichtigten Ziels oder Ergebnisses.

2. Das Coaching umfasst \_\_\_\_\_ Sitzungen à \_\_\_\_\_ Minuten.

Eine Verkürzung oder eine Verlängerung ist nach Absprache möglich.

3. Folgende Termine sind bislang vereinbart:

---

---

4. Die Coachingsitzungen werden an folgendem Ort durchgeführt:

---

5. Terminänderungen und -Absagen sind spätestens bis \_\_\_\_\_ vorher abzusprechen bzw. mitzuteilen. Bei späteren Änderungen/Absagen oder bei Nichterscheinen werden \_\_\_\_\_ % des Honorars in Rechnung gestellt.

## **Vergütung**

6. Die Vergütung für das Coaching berechnet sich wie folgt:

Das Honorar beträgt pro Sitzung \_\_\_\_\_ € zzgl. gesetzlicher Mehrwertsteuer.

Kosten für die An- und Abreise des Coaches sowie ggfs. für seine Unterkunft werden gesondert in Rechnung gestellt.

7. Die Zahlungsweise wird wie folgt vereinbart: Der Coach erstellt monatlich eine Rechnung über die abgehaltenen Sitzungen. Sofern nicht anders vereinbart, sind sämtliche Zahlungsansprüche jeweils sofort fällig.

## **Datenschutz**

Der Coach speichert die personenbezogenen Daten des Klienten, soweit es für die Rechnungsstellung und Buchführung erforderlich ist. Eine weitergehende Speicherung personenbezogener Daten findet nicht statt.

8. Der Coach ist verpflichtet, vertrauliche Informationen ausschließlich zu Zwecken des vertraglich festgelegten Coachings zu verwenden.

## **Schlussbestimmungen**

9. Sollte eine Bestimmung dieses Vertrags ganz oder teilweise unwirksam oder undurchführbar sein oder werden, so ist davon die Gültigkeit der übrigen Bestimmungen dieses Vertrags nicht berührt.

10. Ergänzungen und Änderungen dieses Vertrags bedürfen zu ihrer Wirksamkeit der Schriftform. Das gilt auch für den Verzicht auf diese Schriftformklausel.

11. Der Vertrag ist von beiden Seiten mit einer Frist von \_\_\_\_\_ kündbar.

Ort, Datum

Ort, Datum

.....

.....

Unterschrift Klient

Unterschrift Coach

## 2. Vorgespräch



### Checkliste Vorgespräch

Was ist der Anlass/Grund für das Coaching?

Gab es bereits andere Interventionen?

Was soll Inhalt des Coachings sein und was nicht?

Was soll das Ziel am Ende des Coachingprozesses sein?

Wie sehen die Rahmenbedingungen aus (Ort, Zeit, Dauer etc.)?

Inwiefern kann die Führungskraft/der Vorgesetzte mit einbezogen werden?

Was sind die Erwartungen/Wünsche an meine Person?

Gibt es noch jemanden, der auch mit mir im Kontakt stehen möchte?

Zum Schluss: Fasse alles kurz zusammen, was du im Vorgespräch verstanden hast.



### 3. Sitzungsprotokoll

<b>Klient</b>		<b>Coach</b>	
Name:		Name:	
Firma:			
<b>Dokumentation der Coachingsitzung</b>			
Datum:	Uhrzeit: von ..... bis .....	Ort	Sitzung Nr. X von Y  (z. B. 5 von 10)
Behandelte Anliegen und Themen gemäß Coachingvereinbarung vom .....			
<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>			
Anmerkungen:			
Nächster Termin vereinbart am:			
Unterschrift Coach		Unterschrift Klient	

# 4. Zwischen- und Auswertungsgespräch: Protokoll



<b>Klient</b>		<b>Coach</b>	
Name:		Name:	
Firma:			
<b>Dokumentation der Coachingsitzung</b>			
Datum:	Uhrzeit: von ..... bis .....	Ort	Sitzung Nr. X von Y  (z. B. 5 von 10)
Erreichte Ziele bzw. bisherige Ergebnisse:			
<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>			
Zukünftige Vorhaben/ Ziele:			
<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>			
Unterschrift Coach		Unterschrift Klient	

## 5. Zwischen- und Auswertungsgespräch: Selbstreflexionsbogen

In der Selbstreflexion erhalten wir immer dann wertvolle Hinweise, wenn wir aus verschiedenen Perspektiven auf unser Verhalten und Vorgehen blicken. Wir können uns selbst prüfend beleuchten, um unbefriedigende Ergebnisse, Routine und blinde Flecken zu vermeiden. Dabei ergründen und enttarnen wir mögliche Fantasien, Wünsche und Träume, aber auch Verzerrungen oder hinderliche Denkweisen, um aus der Erfahrung für die Zukunft zu lernen.

Die folgende SELBST-Reflexion ist ein von uns entwickeltes Coaching-Tool zur entwicklungsorientierten und berufsbezogenen Selbstreflexion für Coaches. Die strukturierte Vorgehensweise liefert Bezugspunkte für die Bearbeitung eigener problematischer beruflicher Vorgehensweisen. Diese Struktur kann auch zur Vor- und Nachbereitung lösungsorientierter kollegialer Gespräche genutzt werden (oder zum gegenseitigen Coaching), z. B. im Rahmen von kollegialen Fallberatungen oder Supervisionen.

Das Tool nutzt sich durch „Mehrfachgebrauch“ nicht ab. Im Gegenteil: Es unterstützt unser Streben, lebenslang zu lernen. Es dient als Leitfaden, sich regelmäßig selbstorganisiert zu reflektieren, sich neue Ziele zu setzen und sich die persönlichen Handlungsoptionen bewusst zu machen.

### Theoretischer Hintergrund

In Orientierung an Greif (2008, S. 24) wird der Coach mit dem Tool zum bewussten Vergleich seines realen und idealen Selbstkonzepts angeregt. Dabei bezieht sich das „reale Selbstkonzept (...) auf alle bewussten Vorstellungen und Schemata zu wichtigen eigenen Zielen, Bedürfnissen, Merkmalen sowie Regeln und Standards der Person, wie sie sich gegenwärtig sieht. Das ideale Selbstkonzept basiert im Unterschied dazu auf entsprechenden Idealbildern der Person von sich selbst zu den angesprochenen Merkmalen“.

Das Tool unterstützt die Coaches, indem es Methoden sowie exemplarische systemisch-lösungsorientierte Fragestellungen anbietet und den Beratungsprozess strukturiert. Der konkrete Ablauf vollzieht sich in Form von Fragestellungen, die der Coach für sich schriftlich beantworten kann. Mit dieser strukturierten Vorgehensweise sortieren sich die Gedanken im Kopf und die Gefühle im Bauch, und es wird möglich, einen dissoziierten Blick auf sein eigenes Handeln und Tun zu werfen.

# Die SELBST-Reflexion



**Sachlage:** Was sind die Fakten, was weiß ich über den Klienten, was kann ich sachlich über den Prozess sagen? Wie lange kommt der Kunde, was ist sein Ziel, wie sind wir vorgegangen, was ist das Ergebnis?

**Erleben:** Wie läuft der Prozess? Wie zufrieden bin ich mit dem Verlauf des Coachings, welche Informationen habe ich über das Erleben des Klienten erhalten? Wenn es etwas gibt, das mich stört: Was genau stört, verstört, ärgert, behindert mich in der Arbeit mit diesem Klienten? Was nehme ich wahr, was habe ich möglicherweise übersehen?  
Wie erlebe ich mich, wie erlebe ich den Klienten? War es schon immer so oder gab es einen (Wende-)Punkt?

**Lösungsansätze:** Welche Wege bin ich gegangen? Wie bin ich methodisch vorgegangen? Wie zufrieden bin ich mit meiner Vorgehensweise? Wie habe ich gehandelt, wie zufrieden bin ich mit mir und dem Ergebnis? Woran mache ich meine positive oder negative Einschätzung fest? Wie hätte ich noch vorgehen können? Wie hätte sich diese Vorgehensweise möglicherweise auf das Ergebnis ausgewirkt?

**Beobachtung:**

- An welchen konkreten Situationen mache ich mein Erleben fest?
- Wie würde ein Beobachter von außen / mein Kollege den Coachingprozess resümieren oder realisieren?
- Was lässt sich außerdem noch beobachten?

**Sichtweise:** Wie würde ich die Sachlage jetzt einschätzen? Hat sich etwas verändert?  
Wie zufrieden bin ich mit dem Prozess insgesamt? Wie zufrieden bin ich mit mir in meiner Rolle als Coach?

**Taten:** Besteht aktuell Handlungsbedarf? Was möchte ich tun? Wie würde ich mich in der Zukunft bei einem ähnlich gelagerten Fall verhalten?



## 6. Feedbackbogen für den Klienten

Wenn wir uns nach einer gewissen Zeit bei unseren Klienten in Erinnerung rufen und ein Feedback von ihm einholen, dann erhalten wir nicht nur wertvolle Hinweise über die Rezeption und Nachhaltigkeit des Coachingprozesses, sondern tun aktiv etwas für unsere Kundenbindung.

**Vorgehensweise:** Schicken Sie Ihrem Klienten nach vier bis fünf Wochen eine E-Mail und bitten Sie ihn um ein kurzes Feedback.

Bewerten Sie die nachfolgenden Aussagen auf dieser Skala:

--	-	0	+	++
trifft überhaupt nicht zu	trifft eher nicht zu	unentschieden/ neutral	trifft eher zu	trifft voll und ganz zu

Ich bin mit dem erreichten Coachingziel zufrieden.

Die Ergebnisse des Coachings kann/konnte ich im Alltag gut umsetzen.

Meine Kompetenz im Umgang mit meinem Anliegen ist gestiegen.

Mir sind neue Dinge über mich bewusst geworden.

Die Zusammenarbeit mit dem Coach war geprägt von Vertrauen.

Die Vorgehensweise des Coaches war auf mich und meine Bedürfnisse abgestimmt.

Bei neu auftretenden Themen würde ich mich wieder an meinen Coach wenden.

Ich würde meinen Coach weiterempfehlen.

Raum für persönliche Ergänzungen: