

Fragen zur Vorbereitung des Coachings

Wählen Sie aus diesen Fragen aus, was Sie anspricht und was Ihnen wichtig für das Erstgespräch ist.

- Was sind meine wichtigsten Lebensbereiche?
- Wo komme ich her? (Eltern, Großeltern, Ursprungsfamilie)
- Meine Kindheit, mein bisheriges Leben – Was sind die fünf wichtigsten Punkte daraus?
- Was sind meine Stärken?
- Was bewegt mich innerlich?
- Wo will ich hin?
- Gibt es ein Muster in meinem Leben, das mir immer wieder Probleme bereitet?
- Was mache ich dann? Ist es hilfreich?
- Wie steht es um meine Gesundheit, psychische Fitness, Leistungsfähigkeit?
- Was ist mein Anliegen für das Coaching?
- Ist es etwas ganz Neues oder hat es Verbindung mit meiner Geschichte?