



Sonja Corinna Grill
Coaching für Singles, Paare & Selbstliebe

Fragebogen zur Vorbereitung

Vorname

Name

Geburtsdatum

Beruf

1. Was ist dein Thema für das Coaching?

2. Beschreibe deine aktuelle Situation bildhaft, z.B. „Meine Situation ist wie...“

3. Wie wirkt sich diese Situation auf dein Leben aus? Wie wirst du dadurch eingeschränkt?

4. Was ist der Auslöser für dein Wunsch nach einem Coaching?



Sonja Corinna Grill
Coaching für Singles, Paare & Selbstliebe

5. Was ist dein Ziel für das Coaching? Was möchtest du damit erreichen, entwickeln oder verändern? Welche Gefühle möchtest du dadurch verändern oder verbessern?

6. Woran würdest du erkennen, dass das Coaching erfolgreich bzw. nützlich war?

7. Welchen Gewinn hättest du und hätten andere davon? Nenne mindestens drei Gründe.

8. Was hast du selbst schon gemacht, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen – mit welchem Ergebnis?

9. Welche Erfahrungen hast du bereits mit Coaching gemacht?

10. Bist oder warst Du schon mal in therapeutischer Behandlung?