

# Coaching-Formate

## Flexibel, individuell, unabhängig von Zeit & Raum

MEDIUM	ORT	ZEIT
<b>CLASSIC</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Präsenz-Coaching</li> <li>▪ 1:1-Gespräch</li> <li>▪ Dauer in der Regel 1-2 Stunden</li> </ul>	<b>COACH</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Beim Coach vor Ort</li> <li>▪ Professionelles Equipment, wie Tools zur Visualisierung, immer greifbar</li> </ul>	<b>EARLY BIRD</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Präsenz-Coaching am Morgen</li> <li>▪ Vor Beginn der Arbeit</li> <li>▪ Als besondere Einstimmung in den Tag</li> <li>▪ Fragen zu einem speziellen Anliegen</li> <li>▪ Vorbereitung eines bevorstehenden Meetings, Mitarbeitergesprächs etc.</li> </ul>
<b>TELEFON</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Telefon-Coaching</li> <li>▪ Für Coaching über eine Distanz hinweg</li> <li>▪ Wenn Sparrings-Partner ad hoc benötigt wird</li> <li>▪ Für Transfer-Fragen</li> <li>▪ Zum „laut Denken“</li> <li>▪ Voraussetzung mindestens ein Präsenz-Coaching CLASSIC zu Beginn</li> </ul>	<b>INHOUSE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Coaching beim Klienten vor Ort</li> <li>▪ Besprechungszimmer im Büro/Konferenzraum</li> </ul>	<b>LATE NIGHT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ After-work Präsenz-Coaching</li> <li>▪ Zum Beispiel direkt im Anschluss an eine erlebte Sache (Meeting, Unterredung etc.), um Erlebtes möglichst unmittelbar bearbeiten zu können</li> <li>▪ Sparrings-Partner</li> <li>▪ Zum Ausklang eines Arbeitstages</li> <li>▪ Entspannung</li> </ul>
<b>SKYPE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Web-Coaching</li> <li>▪ Über Internet-Telefonie (VoIP) und/oder Webcam</li> <li>▪ Voraussetzung mindestens ein Präsenz-Coaching CLASSIC zu Beginn</li> </ul>	<b>OUTDOOR</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Coaching während eines Spaziergangs</li> </ul>	<b>MINI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Präsenz-Coaching</li> <li>▪ Kurze Session à 30 Minuten</li> <li>▪ Für speziell Anliegen und konkrete Fragen</li> <li>▪ Gegebenenfalls mit kleiner Intervention</li> </ul>