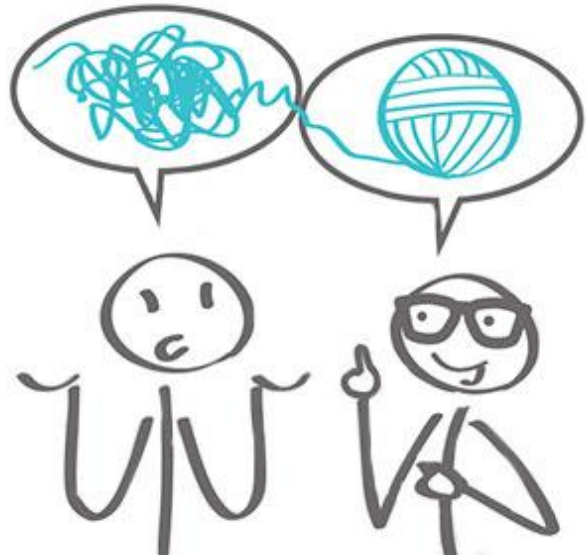




Coaching Guide







Name:

Klasse:



Ganz wichtig vorab:



-  Im Coaching stehst **DU** im Mittelpunkt – mit deinen ganz persönlichen Wünschen, Zielen, Sorgen und Nöten.
-  Wende dich bei akutem Gesprächsbedarf an deinen Coach. Es sind auch kurzfristige Termine möglich.
-  Alles, was im Coaching besprochen wird, wird vertraulich behandelt.
-  Damit dein Coaching besonders gewinnbringend für dich verläuft, ist eine gute Vorbereitung wichtig. Fülle deshalb vor jedem vereinbarten Termin das Coaching-Formular sorgfältig aus.
-  Ein Coaching kann nur dann stattfinden, wenn du deinen Coaching Guide ausgefüllt mitbringst.
-  Solltest du deinen Coaching Guide verlieren, fällt ein Betrag in Höhe von 2€ für ein Ersatzexemplar an.

Ziele **SMART** formulieren

SMART = Specific Measurable Accepted Realistic Timely

S

spezifisch

Ziele müssen eindeutig definiert sein. Um Ziele spezifisch zu machen, stelle die fünf W-Fragen: Was? Warum? Wie? Wer? Wann?

M

messbar

Ziele müssen messbar sein. Um Ziele messbar zu machen, lege klare und überprüfbare Kriterien fest.

A

angemessen

Der Aufwand für das Ziel muss sich lohnen. Um ein Ziel angemessen zu machen, sollten Aufwand für und Stellenwert des Ziels gleichauf sein.

R

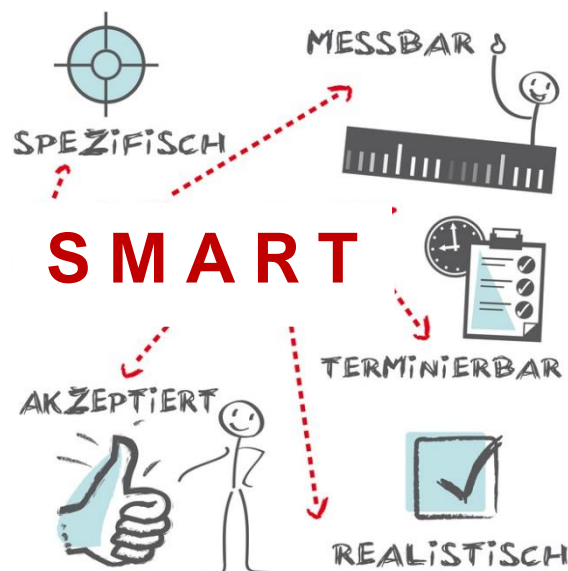
realistisch

Ziele müssen erreichbar sein. Um Ziele realistisch zu machen, soll es mit einer gewissen Anstrengung erreichbar sein.

T

terminiert

Ziele brauchen eine klare Terminvorgabe. Um Ziele terminiert zu machen, braucht es klare Zeitvorgaben, bis wann welches (Teil-) Ziel erreicht sein soll.





Stärkenfenster

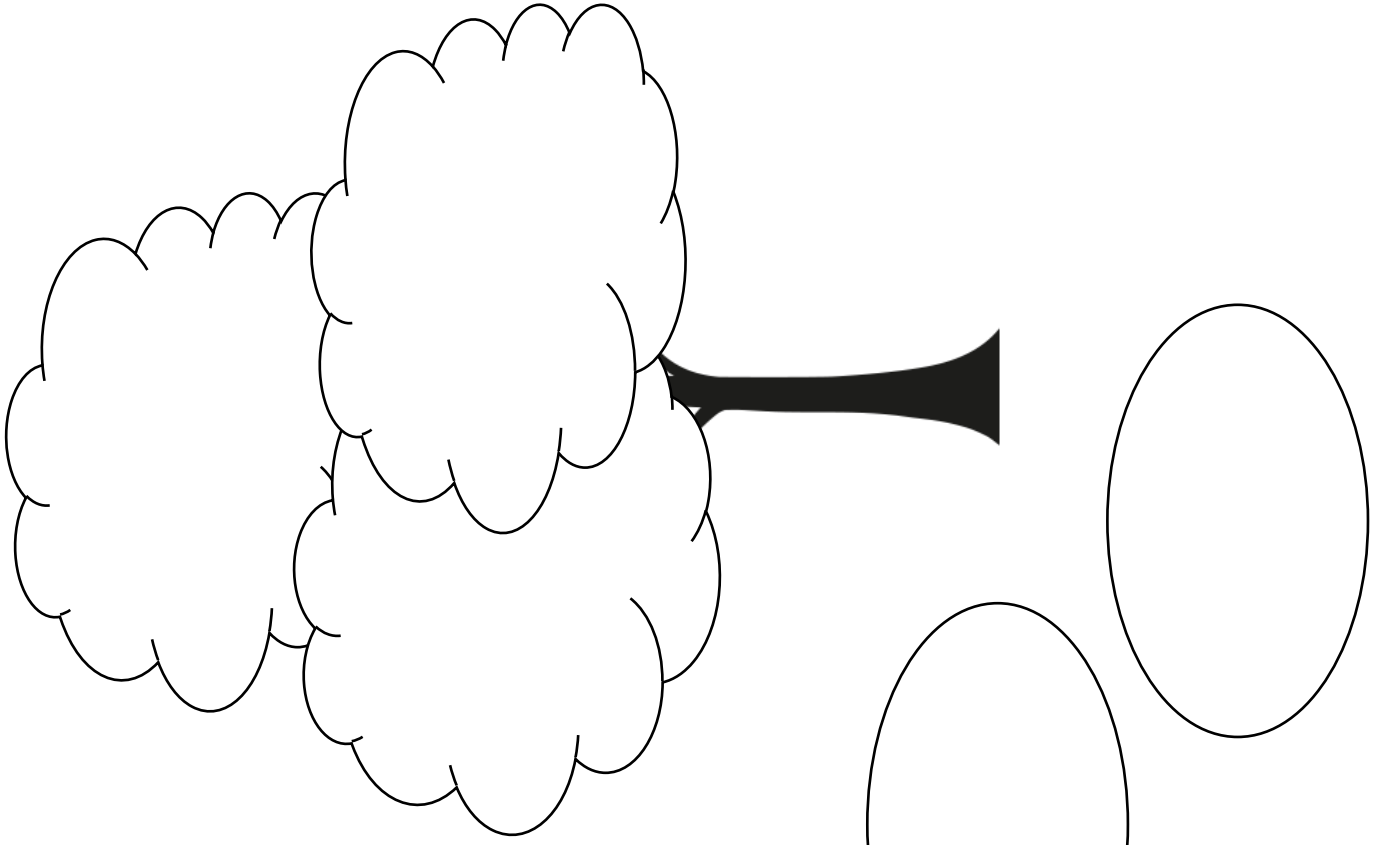
1. Coaching

Datum: _____

Coach: _____

	<p>Das ist mir besonders gut gelungen / darauf bin ich stolz:</p>
	<p>Hier hatte ich Schwierigkeiten / damit war ich unzufrieden:</p>
	<p>Daran möchte ich arbeiten / das möchte ich verändern:</p>
	<p>Das kann mir dabei helfen:</p>

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r



112

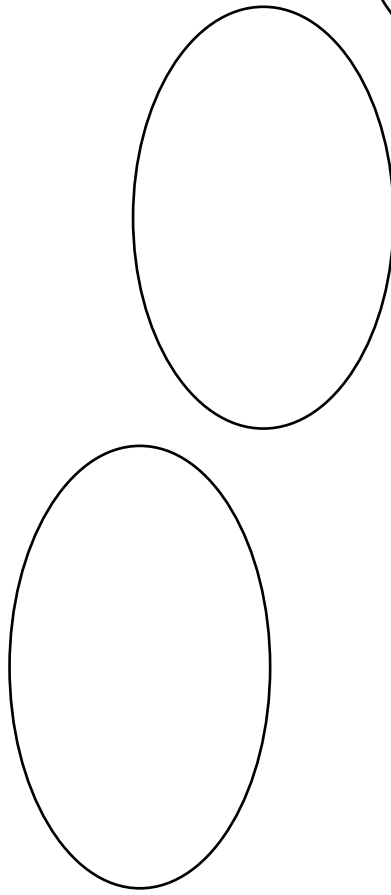
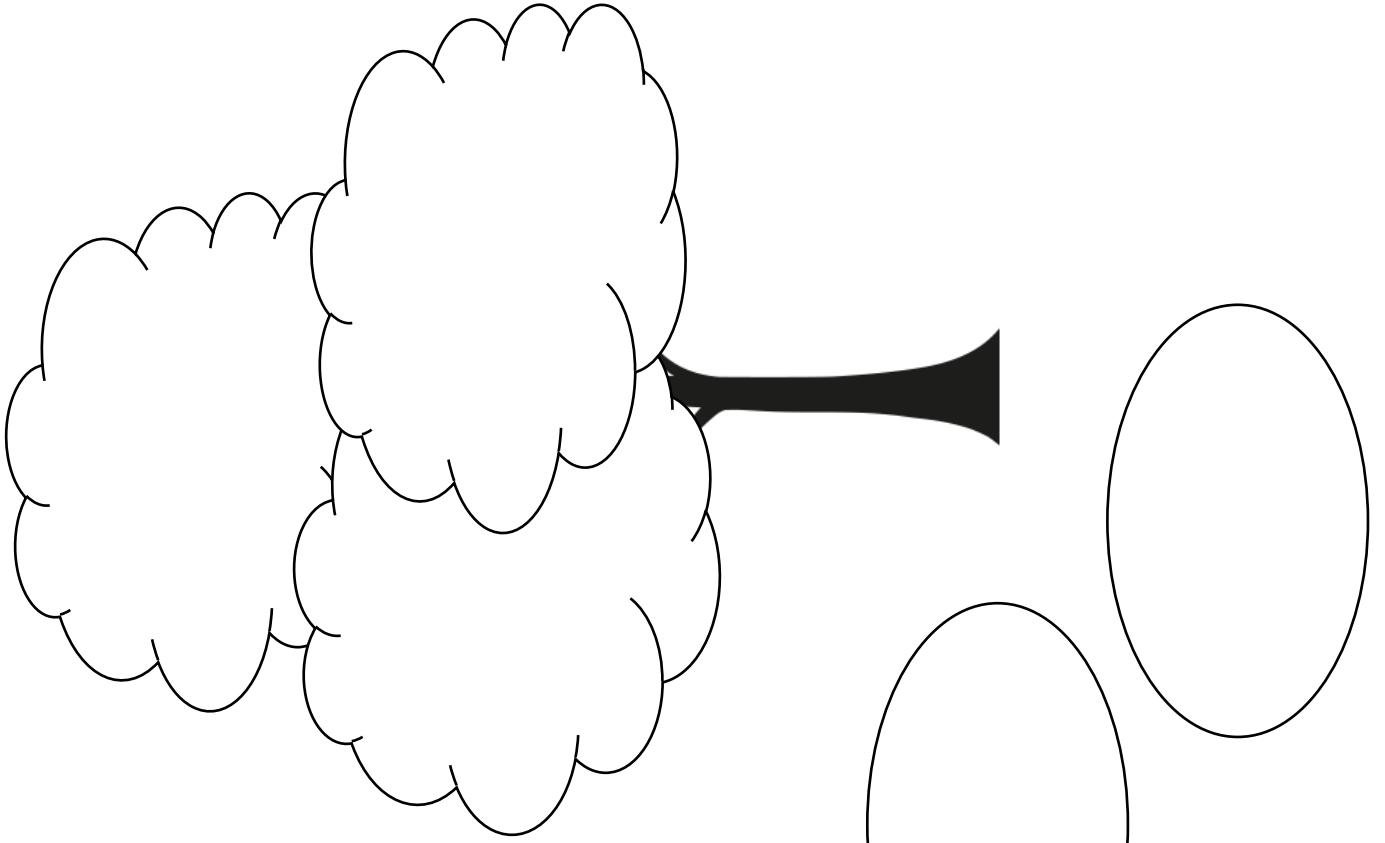
2. Coaching

Datum: _____

Coach: _____

	Das war mir besonders wichtig/ das war mein Ziel:
	Das ist mir besonders gut gelungen / darauf bin ich stolz:
	Hier hatte ich Schwierigkeiten / damit war ich unzufrieden:
	Daran möchte ich arbeiten / das möchte ich verändern:
	Das kann mir dabei helfen:

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r



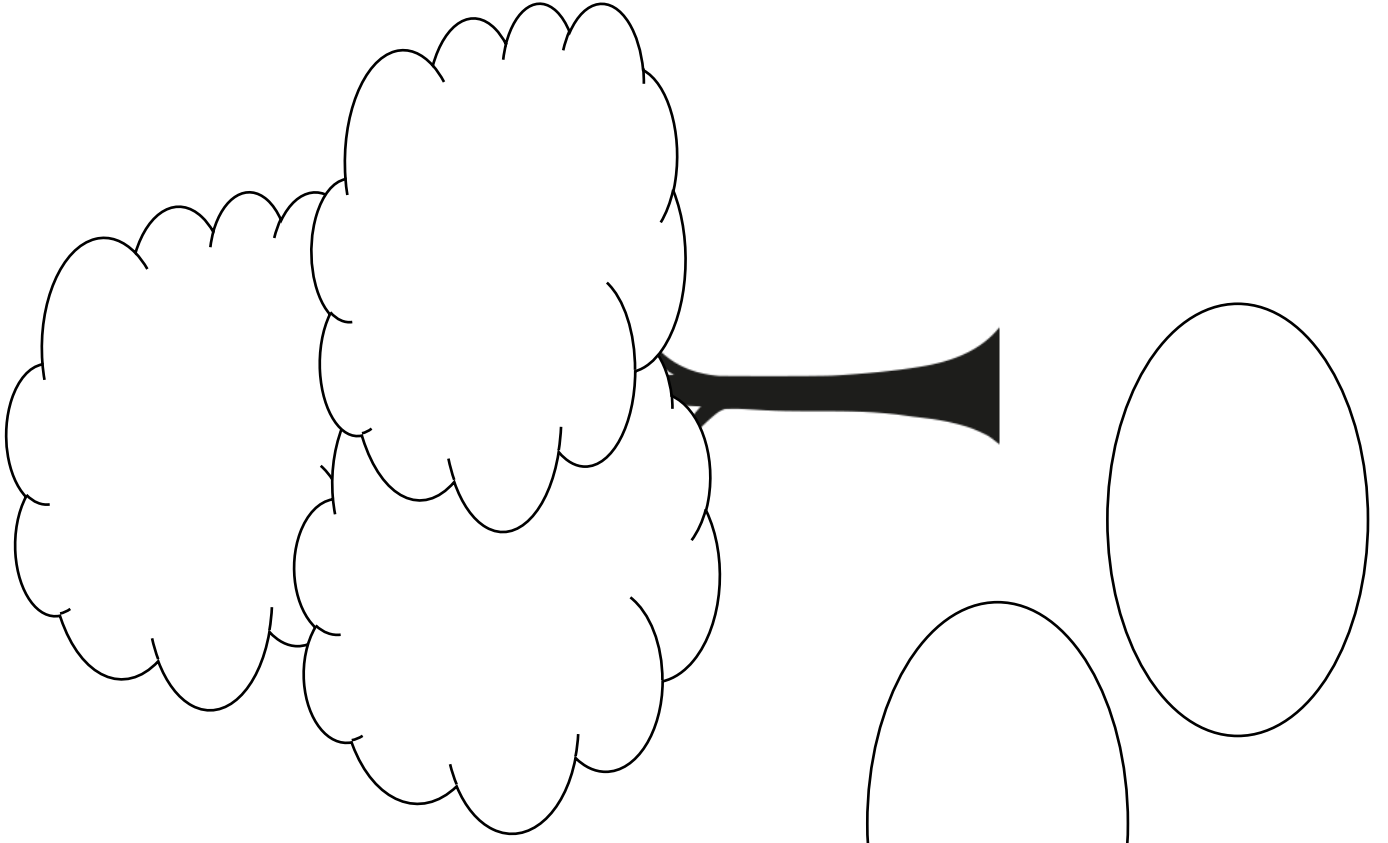
3. Coaching

Datum: _____

Coach: _____

	<p>Das war mir besonders wichtig/ das war mein Ziel:</p>
	<p>Das ist mir besonders gut gelungen / darauf bin ich stolz:</p>
	<p>Hier hatte ich Schwierigkeiten / damit war ich unzufrieden:</p>
	<p>Daran möchte ich arbeiten / das möchte ich verändern:</p>
	<p>Das kann mir dabei helfen:</p>

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r



HPB

4. Coaching

Datum: _____

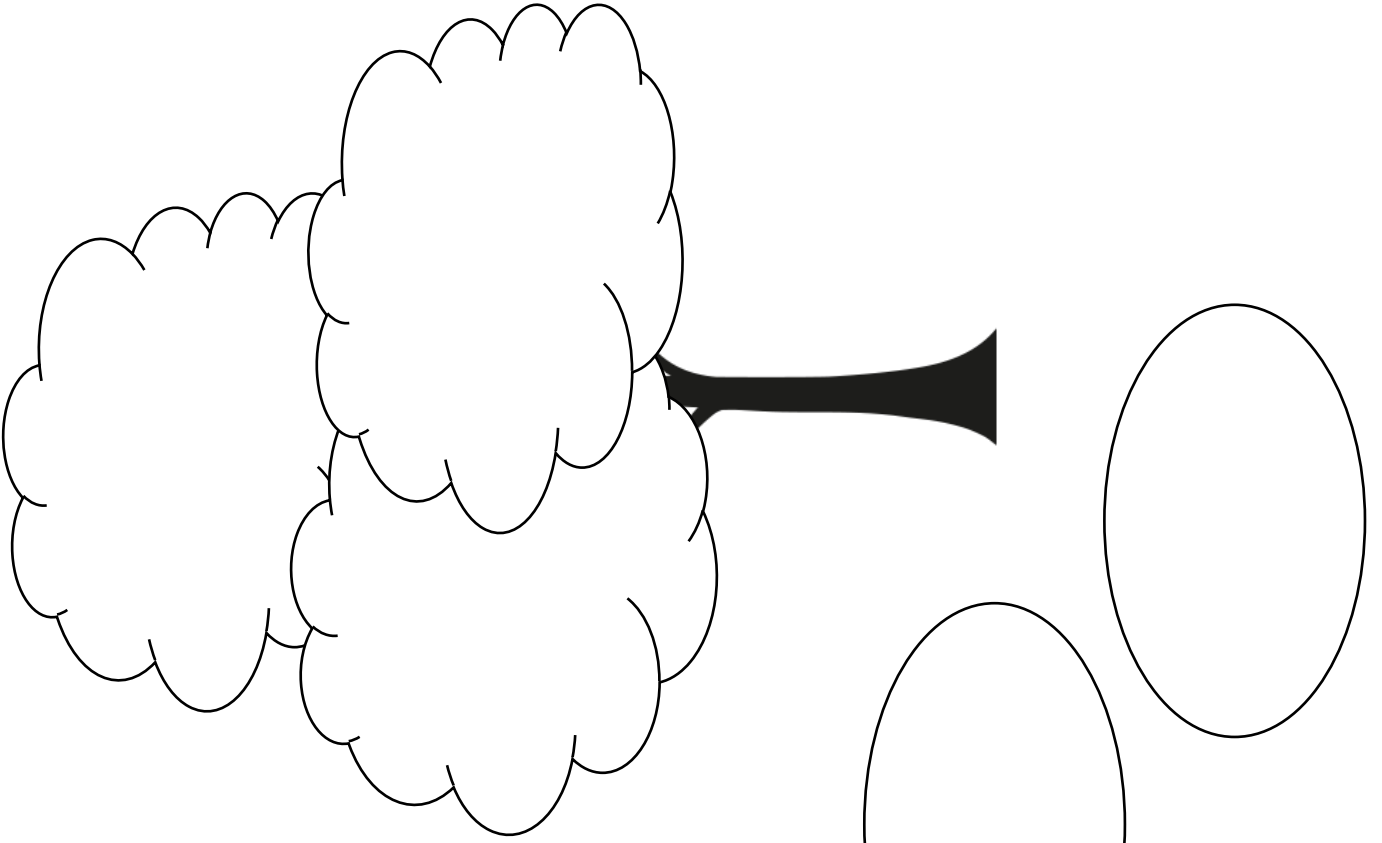
Coach: _____

	Das war mir besonders wichtig/ das war mein Ziel:
	Das ist mir besonders gut gelungen / darauf bin ich stolz:
	Hier hatte ich Schwierigkeiten / damit war ich unzufrieden:
	Daran möchte ich arbeiten / das möchte ich verändern:
	Das kann mir dabei helfen:

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r



Ziel:

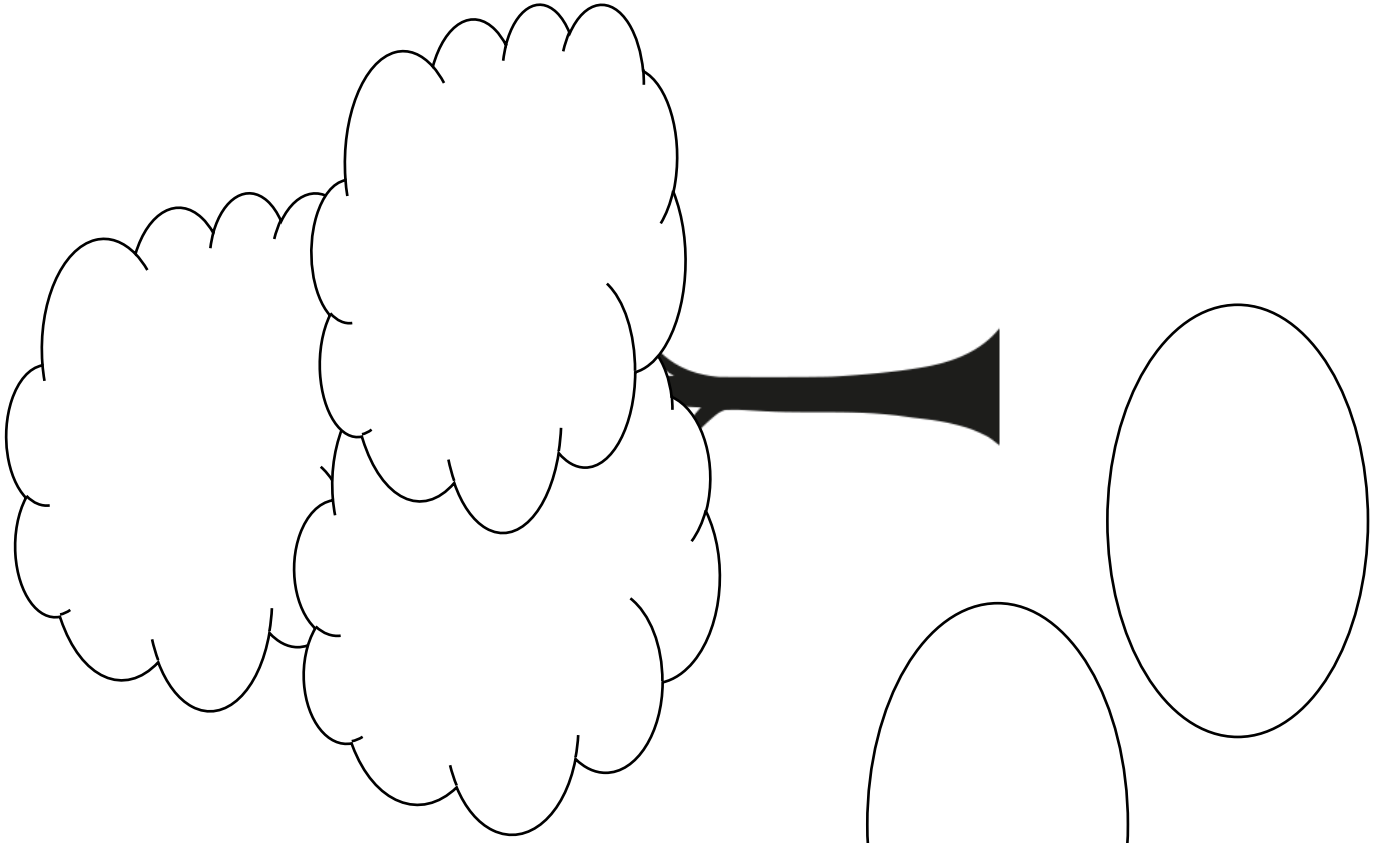


198

5. Schuljahresabschluss-Coaching Datum: _____

Coach: _____

	<p>Das ist mir besonders gut gelungen / darauf bin ich stolz:</p>
	<p>Hier hatte ich Schwierigkeiten / damit war ich unzufrieden:</p>
	<p>Daran möchte ich arbeiten / das möchte ich verändern:</p>
	<p>Das kann mir dabei helfen:</p>
	<p>Das wünsche ich mir für das neue Schuljahr:</p>
	<p>So könnte es für mich nach Klasse 9/10 weitergehen:</p>



Elternbogen I

Datum: _____

Coach: _____

	<p>Die Stärken meines/ unseres Kindes sehe ich/ sehen wir in den folgenden Bereichen:</p>
	<p>Unterstützungsbedarf sehe ich/ sehen wir in den folgenden Bereichen:</p>
	<p>So kann ich/ können wir unser Kind unterstützen:</p>
	<p>Das ist mir/ uns noch wichtig:</p>

Elternbogen II

Datum: _____

Schuljahresabschluss-Coaching

Coach: _____

	<p>Die Stärken meines/ unseres Kindes sehe ich/ sehen wir in den folgenden Bereichen:</p>
	<p>Unterstützungsbedarf sehe ich/ sehen wir in den folgenden Bereichen:</p>
	<p>So kann ich/ können wir unser Kind unterstützen:</p>
	<p>Das ist mir/ uns noch wichtig:</p>
	<p>Das wünsche ich mir/ das wünschen wir uns für das neue Schuljahr:</p>
	<p>So könnte es für mein/ unser Kind nach Klasse 9/10 weitergehen:</p>

Motimeter

