



Das Tagebuch ausfüllen

Das Tagebuch steht dir als praktische PDF-Datei zur Verfügung. Du hast die Möglichkeit, es auszudrucken oder digital auszufüllen. Bitte beachte, dass die digitale Bearbeitung mit Adobe derzeit meist nur in der Pro Version möglich ist, um Text einzufügen und mit einem Textmarker farblich hervorzuheben. Aber keine Sorge, es gibt auch kostenfreie Alternativen wie z.B.: PDF 24.

https://tools.pdf24.org/de/pdf-bearbeiten



Beschreibe	nier den Grun	nd für das Co	aching und	was dir gera	ade auf der	Seele liegt





Wa	as soll das Zie	l des Coachii	ng sein?	



Coaching-Session



FRAGE DICH SELBST

NACH JEDER COACHING-SESSION

?

Was habe ich über mich und mein Leben gelernt? Wie hat sich meine Denkweise durch die Coaching-Session verändert?



?

Was sind meine
Hausaufgaben
und
Challenges?



Was sind meine Ziele, die ich vor der nächsten Session umsetzen möchte?





Zusamı	menfassung der	Coaching Sess	ion.	



-





Wie fühlst du di	ch nach der Coac	hing Session?	



Welche Gedanken hast du zu der heutigen Coaching Session?



Hat sich etwas in deiner Denkweise verändert?





Welche Schritte möchtest du bis zur nächsten Session umsetzen?	
	•



Was möchtest du zukünftig anders machen?



Wie lautet dein Ziel?



Was hat dich heute deinem Ziel näher gebracht?					



Was nimmst du dir für morgen vor?	
	/.



Trage	e hier deine Ha	ausaufgabe/C	hallenge ein.	



Wie hat die Umsetzung des in dem Coaching besprochenen im realen Leben funktioniert?					



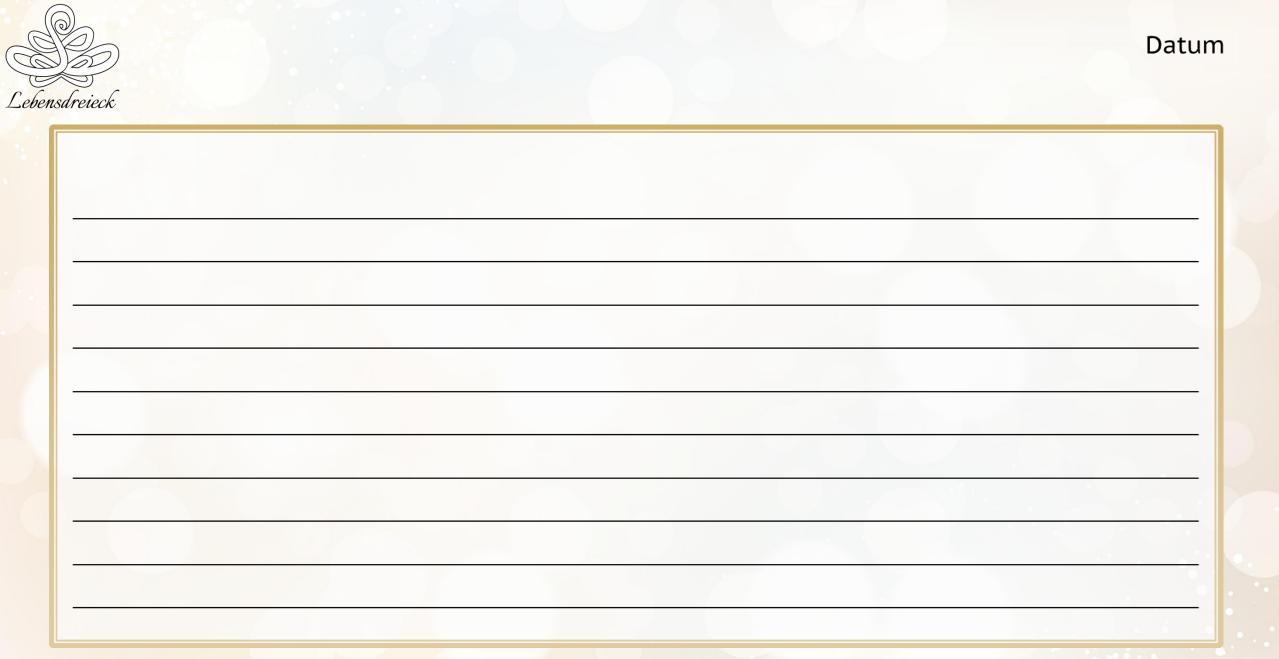
Welche Fragen hast du an mich/an unsere nächste Coaching-Stunde?					



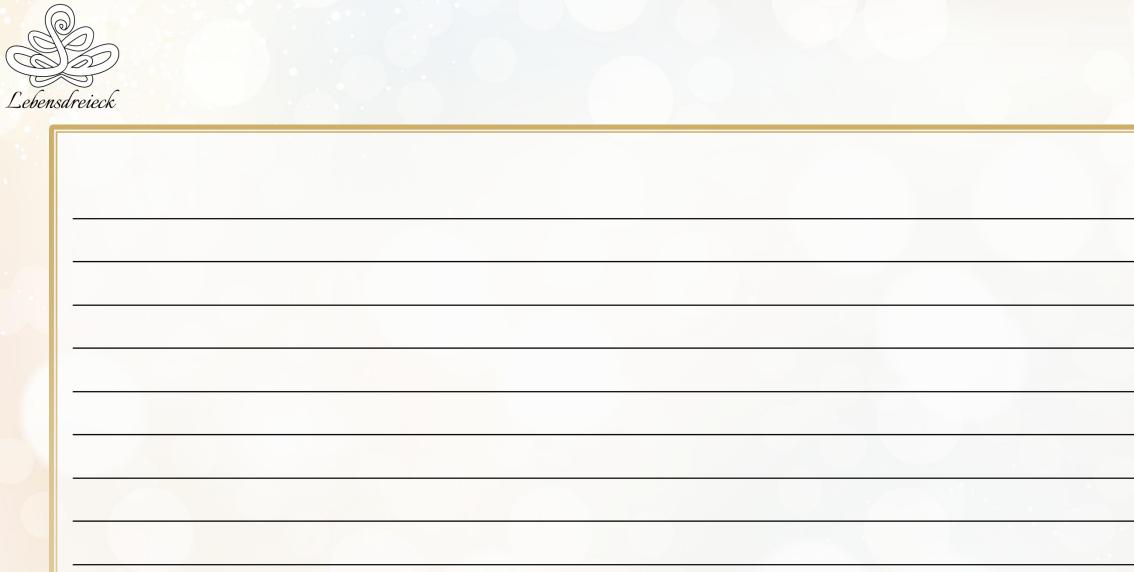
Platz für eigene Notizen

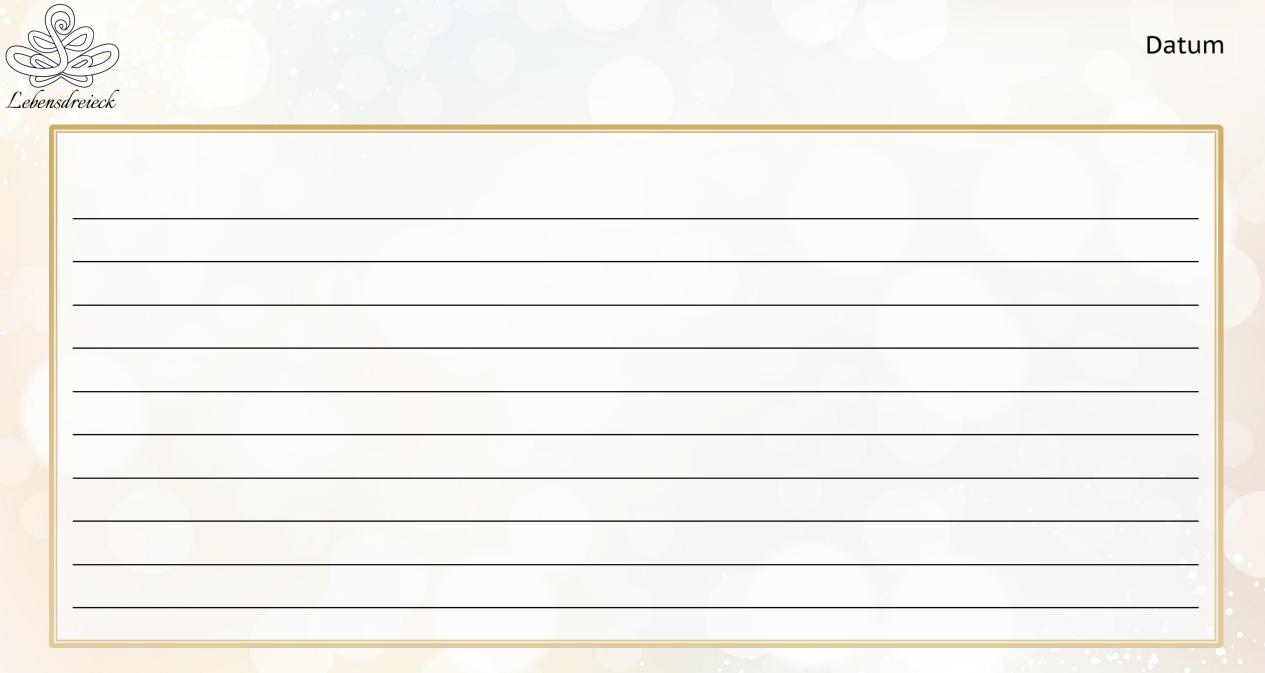
_				
ጉ	7	ŀ٠	•	n
D	a I	LL	J I	П





_		_		
D		+		n
ப	а	L	u	11







IMPRESSUM

- © Lebensdreieck.de
- 1. Auflage 2021
- 4. Auflage 2024 überarbeitet

Erstellung des E-Books Stefanie Schmiedeberg

Schriftart
PT Sans und PT Sans Caption

Autor

Stefanie Schmiedeberg

Kontakt

Stefanie Schmiedeberg Hirsauer - Wiesenweg 37 75365 Calw info@lebensdreieck.de

Bildnachweis

Lizenzierte Bilder von Shutterstock.com:

Cover - Titelbild:

Ostanina Anna/Shutterstock.com

Bilder von Shutterstock.com:

Ostanina Anna/Shutterstock.com lavendertime/Shutterstock.com

Urheberrecht

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.



Haftung

Der Autor ist um die Korrektheit der in diesem E-Books zusammengefassten Informationen sehr bemüht. Trotzdem übernimmt er keine Gewähr für die Richtigkeit und Aktualität der dargestellten Informationen. Es liegt in der Verantwortung eines jeden Autors, dafür zu sorgen, dass sein Werk geltenden Gesetzen und Richtlinien entspricht. Eine Haftung für Schäden materieller und immaterieller Art kann daher nicht übernommen werden. Das E-Book enthält Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalte und zukünftige Gestaltung der Autor keinen Einfluss hat. Die Gewährleistung für externe Links ist aus diesem Grund ausgeschlossen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist der jeweilige

Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht zu erkennen. Sollte aus deiner Sicht Inhalte gegen geltendes Recht verstoßen oder unangemessen sein, teile mir dies bitte mit. Stefanie Schmiedeberg gibt hier weder medizinische Empfehlungen noch verordnet sie weder direkt noch indirekt eine Methode im Sinne einer Behandlungsart für medizinische Probleme. Es werden folglich keine Diagnosen gestellt, Heilversprechen gegeben oder Heilkunde im gesetzlichen Sinne durchgeführt. Es liegt in der Verantwortung, der Leser zu entscheiden, ob und inwieweit Angaben, Informationen und Ratschläge umgesetzt



werden. Lasse dich in allen Zweifelsfällen zuvor durch deinen Arzt beraten. Wie im Gesetz festgelegt ist, kann Stefanie Schmiedeberg dir keine Erfolgsgarantie geben. Daher erfolgen Angaben in diesem E-Book ohne jegliche Gewährleistung seitens des Autors, der in keinem Fall für mögliche Nachteile oder Schäden bezüglich gegebener Angaben, Informationen oder Ratschläge haftet.