



COATRAIN®

GEHT AUF DEN GRUND.

COATRAIN®
Evaluationsbogen
Coachee

Vorname

Nachname

--	--

	Diese Aussage ...	trifft gar nicht zu	trifft kaum zu	trifft eher weniger zu	trifft mehr zu	trifft ziemlich zu	trifft absolut zu
2	Mein Coach hat zu Beginn des Coachings eine Klärung meines Anliegens vorgenommen.	<input type="checkbox"/>					
3	Gemeinsam mit meinem Coach habe ich mein Ziel, das ich im Rahmen des Coachings erreichen wollte, konkret festgelegt.	<input type="checkbox"/>					
4	Das Coaching fand auf der Grundlage eines schriftlichen Coachingvertrages bzw. -angebotes statt, worin die Rahmenbedingungen des Coachings aufgeführt wurden.	<input type="checkbox"/>					
5	Gemeinsam haben mein Coach und ich zu Beginn des Coachings die Kriterien für den Erfolg des Coachings definiert.	<input type="checkbox"/>					
6	Meine Erwartungen an das Coaching konnte ich zu Beginn des Coachings nicht zum Ausdruck bringen.	<input type="checkbox"/>					
7	Zu Beginn wurde die voraussichtliche Dauer des Coachingprozesses mit mir besprochen.	<input type="checkbox"/>					
8	Mein Coach hat vor Beginn des Coachings keine klaren Vereinbarungen über Schweigepflicht und Spielregeln mit mir getroffen.	<input type="checkbox"/>					
9	Mein Coach hat mich vor dem Coaching über seinen Coachingansatz (Menschenbild, Werte und Verständnis von Coaching) informiert.	<input type="checkbox"/>					
10	Meine Tabuzonen wurden zu Beginn des Coachings definiert.	<input type="checkbox"/>					
11	Gemeinsam identifizierten wir zu Beginn des Coachings Faktoren, welche die Zielerreichung gefährden könnten.	<input type="checkbox"/>					
12	Mein Coach hat mich nicht über die im Coaching angewandten Methoden informiert.	<input type="checkbox"/>					
13	Zu Beginn des Coachings haben wir erklärt, dass der Coach zwar für den Prozess, nicht aber für Zu Beginn des Coachings haben wir erklärt, dass der Coach zwar für den Prozess, nicht aber für die Lösungen verantwortlich ist. vorläufiger r die Lösungen verantwortlich ist.	<input type="checkbox"/>					
14	Am Anfang wurde aus der Darstellung meines Anliegens ein (vorläufiger) Themenplan aufgestellt.	<input type="checkbox"/>					
15	Nachträgliche Änderungen der Zielsetzungen wurden mit mir bzw. dem Auftraggeber abgestimmt.	<input type="checkbox"/>					
16	Außerhalb der Coaching-Sitzungen fand eine gute Betreuung statt.	<input type="checkbox"/>					
17	Es war oftmals nicht ausreichend oder nicht das passende Material vorhanden.	<input type="checkbox"/>					
18	Das Coaching fand in geeigneten Räumlichkeiten statt.	<input type="checkbox"/>					
19	Die einzelnen Coaching-Sitzungen fanden in einem geeigneten Abstand zueinander statt.	<input type="checkbox"/>					
20	Die Dauer der Coaching-Sitzungen war den Coachingthemen und meinem Konzentrationsvermögen angemessen.	<input type="checkbox"/>					
21	Insgesamt gesehen bin ich mit den Arbeitsbedingungen in meinem Coaching sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
22	Ich war bereit mich im Rahmen des Coachings auf Veränderungen einzulassen.	<input type="checkbox"/>					
23	Ich war mir zu Beginn des Coachings bewusst, dass der Erfolg des Coachings von meiner Bereitschaft zur Mitarbeit abhängt.	<input type="checkbox"/>					

	Diese Aussage ...	trifft gar nicht zu	trifft kaum zu	trifft eher weniger zu	trifft mehr zu	trifft ziemlich zu	trifft absolut zu
24	Ich sah im Coaching die Möglichkeit, auch emotionale Aspekte meines Verhaltens zu beleuchten.	<input type="checkbox"/>					
25	Der Umgang zwischen mir und meinem Coach war nicht von Offenheit geprägt.	<input type="checkbox"/>					
26	Ich konnte im Coaching so sein wie ich bin.	<input type="checkbox"/>					
27	Mein Coach war mir gegenüber nicht authentisch.	<input type="checkbox"/>					
28	Ich faltete mich von meinem Coach stets akzeptiert und als Person angenommen.	<input type="checkbox"/>					
29	Mein Coach und ich sind uns als gleichberechtigte Partner/innen begegnet.	<input type="checkbox"/>					
30	Die Verantwortung für die Arbeitsbeziehung im Coaching lag ausschließlich bei meinem Coach.	<input type="checkbox"/>					
31	Im Verlauf des Coachingprozesses nahm die Abhängigkeit von meinem Coach zu.	<input type="checkbox"/>					
32	Ich fühlte mich bei meinem Coach gut aufgehoben.	<input type="checkbox"/>					
33	Ich konnte meinem Coach vertrauen.	<input type="checkbox"/>					
34	Insgesamt gesehen bin ich mit der Beziehung zwischen mir und meinem Coach sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
35	Ich vertraute den fachlichen Kenntnissen meines Coaches.	<input type="checkbox"/>					
36	In der Gestaltung und Begleitung des Coachingprozesses wirkte mein Coach unerfahren.	<input type="checkbox"/>					
37	Mein Coach verfügte über die erforderlichen psychologischen bzw. pädagogischen Kenntnisse.	<input type="checkbox"/>					
38	Mein Coach hat durch sein organisationales bzw. betriebswirtschaftliches Know-how überzeugt.	<input type="checkbox"/>					
39	Mein Coach hatte keine Management- bzw. Führungskompetenzen.	<input type="checkbox"/>					
40	Der thematische Input zu meinen Fragestellungen hat mich weitergebracht.	<input type="checkbox"/>					
41	Mein Coach brachte fachlich fundierte Erklärungsmodelle in das Coaching mit ein.	<input type="checkbox"/>					
42	Insgesamt gesehen bin ich mit dem Fachwissen meines Coaches sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
43	Mein Coach hat mich in seiner Arbeitsweise nicht überzeugt.	<input type="checkbox"/>					
44	Mein Coach war ein guter Feedbackgeber.	<input type="checkbox"/>					
45	Mein Coach hat mich (bei Bedarf) über die angewandten Methoden aufgeklärt, so dass das Vorgehen für mich verständlich und nachvollziehbar war.	<input type="checkbox"/>					
46	Die im Coaching angewandten Methoden variierten in Abhängigkeit meines Anliegens.	<input type="checkbox"/>					
47	Die im Coaching angewandten Methoden waren für mein Anliegen und meinen Bedarf nicht passend.	<input type="checkbox"/>					
48	Indem mein Coach meine Äußerungen erneut formuliert, hat er sich vergewissert, dass er mich richtig verstanden hat.	<input type="checkbox"/>					
49	Durch prägnante Zusammenfassungen meiner Erklärungen hat mein Coach mir dabei geholfen, meine Probleme auf den Punkt zu bringen.	<input type="checkbox"/>					
50	Mein Coach bezog selbst auch Stellung zu meinen Anliegen.	<input type="checkbox"/>					
51	Die Fragen meines Coaches haben bei mir nicht zu einer tiefer gehenden Selbsterkundung geführt.	<input type="checkbox"/>					
52	Mein Coach hat mich mein Anliegen, anhand von praktischen Beispielen, anschaulich schildern lassen.	<input type="checkbox"/>					

	Diese Aussage ...	trifft gar nicht zu	trifft kaum zu	trifft eher weniger zu	trifft mehr zu	trifft ziemlich zu	trifft absolut zu
53	Bevor wir nach Lösungen suchten, hat mein Coach zunächst die Problemsituation mit mir gemeinsam ausführlich erklärt.	<input type="checkbox"/>					
54	Die bearbeiteten Inhalte hat mein Coach mit Hilfe von Visualisierungen veranschaulicht.	<input type="checkbox"/>					
55	Die Erklärungen meines Coaches waren einleuchtend und verständlich.	<input type="checkbox"/>					
56	Mein Coach hat mich über Fragen angeregt selbst Lösungen im Prozess zu entwickeln.	<input type="checkbox"/>					
57	Für die Problemlösung hat mein Coach keine Umsetzungsschritte mit mir erarbeitet.	<input type="checkbox"/>					
58	Für die Problemlösung hat mein Coach keine Umsetzungsschritte mit mir erarbeitet.	<input type="checkbox"/>					
59	Am Ende der Coaching-Sitzung hat mein Coach eine konkrete lösungsorientierte Vereinbarung (z.B. Hausaufgabe) mit mir getroffen.	<input type="checkbox"/>					
60	Mein Coach war kein guter Prozessbegleiter.	<input type="checkbox"/>					
61	Mein Coach hat auch in schwierigen Situationen den Coachingprozess ergebnisorientiert geleitet.	<input type="checkbox"/>					
62	Durch die Erläuterung des weiteren Vorgehens hat mein Coach im Verlauf des Coachings stets den roten Faden gesichert.	<input type="checkbox"/>					
63	Der Coach hat zum Ende des Coachings die ungelösten Aspekte erfragt und die weitere Behandlung dieser Aspekte thematisiert.	<input type="checkbox"/>					
64	Zum Abschluss hat mein Coach den Erfolg des Coachings erfragt und eingeschätzt.	<input type="checkbox"/>					
65	Insgesamt gesehen bin ich mit den methodischen Kompetenzen meines Coaches sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
66	Mein Coach verfügte über Kenntnisse aus meinem beruflichen Kontext.	<input type="checkbox"/>					
67	Mein Coach war nicht in der Lage verschiedene Perspektiven meines beruflichen Kontextes einzunehmen.	<input type="checkbox"/>					
68	Mein Coach konnte sich rasch in meine spezifischen Arbeitsbedingungen eindenken.	<input type="checkbox"/>					
69	Mein Coach hat mich unterstützt, die erarbeiteten Lösungen auf meinen beruflichen Kontext abzustimmen.	<input type="checkbox"/>					
70	Ich hatte den Eindruck, dass mein Coach keine wirkliche Vorstellung hatte wie es in unserem Betrieb läuft.	<input type="checkbox"/>					
71	Insgesamt gesehen bin ich mit der Fähigkeit meines Coaches, meine spezifischen Arbeitsbedingungen in das Coaching mit einzubeziehen, sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
72	Mein Coach hat echte Anteilnahme an meinen Anliegen zum Ausdruck gebracht.	<input type="checkbox"/>					
73	Mein Coach war nicht in der Lage, sich in meine persönliche Situation hineinversetzen.	<input type="checkbox"/>					
74	Mein Coach hat mir gegenüber seine Haltungen und Positionen offen zum Ausdruck gebracht.	<input type="checkbox"/>					
75	Mein Coach hat mir stets aufmerksam zugehört.	<input type="checkbox"/>					
76	Mein Coach hat mir auf hilfreiche Weise nicht nur positives, sondern auch kritisches Feedback gegeben.	<input type="checkbox"/>					
77	Unklarheiten, Missverständnisse oder Spannungen hat mein Coach direkt und offen thematisiert.	<input type="checkbox"/>					
78	Mein Coach hat mich dabei unterstützt, auch die emotionale Seite der Probleme zu erkennen und zu verstehen.	<input type="checkbox"/>					
79	Insgesamt gesehen bin ich mit den sozialen Kompetenzen meines Coaches sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
80	Mein Coach ließ sich durch Einwände leicht aus dem Konzept bringen.	<input type="checkbox"/>					

	Diese Aussage ...	trifft gar nicht zu	trifft kaum zu	trifft eher weniger zu	trifft mehr zu	trifft ziemlich zu	trifft absolut zu
81	Mein Coach wirkte souverän auch im Umgang mit seinen eigenen Grenzen (z.B. wenn er auf eine Frage keine Antwort wusste).	<input type="checkbox"/>					
82	Mein Coach war mir persönlich gewachsen.	<input type="checkbox"/>					
83	Mein Coach stand meinen Ansichten offen gegenüber, auch wenn sie von seinen abwichen.	<input type="checkbox"/>					
84	Kritik hat mein Coach offen aufgenommen und überdacht.	<input type="checkbox"/>					
85	Insgesamt bin ich mit der Souveränität meines Coaches sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					
86	Ich fühlte mich durch das Coaching in meinem Anliegen entlastet.	<input type="checkbox"/>					
87	Ich habe durch das Coaching ein Ziel erreichen können, das sich im Verlauf des Coachings für mich persönlich als wichtig herausstellte.	<input type="checkbox"/>					
88	Was ich im Coaching erfahren habe, wird mein Handeln im Alltagsgeschäft auf neue Weise prägen und bestimmen.	<input type="checkbox"/>					
89	Ich denke, dass mein Coaching von langfristigem Nutzen sein wird.	<input type="checkbox"/>					
90	Ich konnte die Erfahrungen aus meinem Coaching im Alltag umsetzen.	<input type="checkbox"/>					
91	Durch das Coaching ist mir klargeworden, wie ich auf die Gestaltung meines Arbeitskontextes aktiv Einfluss nehmen kann.	<input type="checkbox"/>					
92	Dort, wo ich wollte, habe ich mithilfe des Coachings meine Arbeitsbedingungen verändern können.	<input type="checkbox"/>					
93	Durch das Coaching kann ich mein Verhalten bewusster wählen.	<input type="checkbox"/>					
94	Im Coaching konnte ich keine neuen Verhaltensweisen erproben.	<input type="checkbox"/>					
95	Meine Kollegen (Freunde) haben die durch das Coaching erreichten Veränderungen in meinem Verhalten nicht bemerkt.	<input type="checkbox"/>					
96	Meine Kollegen (Freunde) haben die durch das Coaching erreichten Veränderungen in meinem Verhalten nicht bemerkt.	<input type="checkbox"/>					
97	Durch mein Coaching habe ich neue mir bisher unbekannte Fähigkeiten entdecken können.	<input type="checkbox"/>					
98	Aufgrund des Coachings bin ich mir meiner Stärken und Schwächen deutlicher bewusst.	<input type="checkbox"/>					
99	Im Laufe des Coachings sind mir die emotionalen Anteile meines Verhaltens bewusster geworden.	<input type="checkbox"/>					
100	Im Coaching konnte ich den Motiven meines Denkens und Handelns nicht auf den Grund gehen.	<input type="checkbox"/>					
101	Meine Werte und Grundsätze wurden mir im Rahmen des Coachings bewusster.	<input type="checkbox"/>					
102	Das Coaching hat mir ermöglicht, den Sinn meines Handelns zu reflektieren.	<input type="checkbox"/>					
103	Mit Hilfe des Coachings konnte ich meine persönliche bzw. berufliche Rolle und Identität umfassend erkunden.	<input type="checkbox"/>					
104	Durch das Coaching ist mir der Sinn meines Lebens bewusster geworden.	<input type="checkbox"/>					
105	Meine Hoffnungen in Bezug auf das Coaching haben sich voll erfüllt.	<input type="checkbox"/>					
106	Ich werde grundsätzlich noch einmal ein Coaching in Anspruch nehmen.	<input type="checkbox"/>					
107	Bei meiner Fragestellung wäre eine andere Maßnahme (z.B. Training, Therapie) angemessener gewesen.	<input type="checkbox"/>					
108	Insgesamt gesehen bin ich mit dem Ergebnis und der Wirkung des Coachings sehr zufrieden.	<input type="checkbox"/>					