



Jörg Stickel

Mediation | Seminare | Coaching

Mediator & Coach

Coaching Arbeitsblatt

Interpretation

Was genau an der Person stresst / ärgert / stört dich?
(Martin hält sich nicht an die Abmachungen.)

Verlangen

Wie genau sollte die Person sein?
(Martin sollte sich an die Abmachungen halten.)

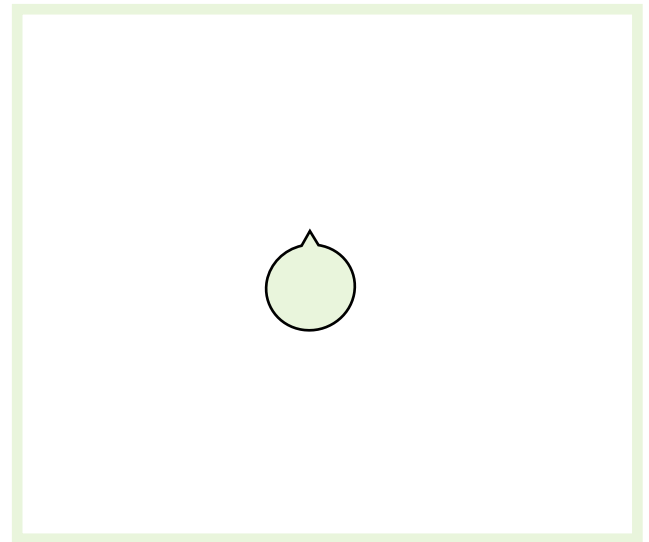
Skalenabfrage der empfundenen Belastung

0 = im Frieden sein 10 = extreme Belastung

Ist - Wert: _____ Ziel - Wert: _____

Visuelle Repräsentation (vorher)

„Aus welchem Gefühl heraus, wo um Dich herum erscheint die Person? Eher vorne, hinten, links oder rechts? Wie weit ist sie entfernt? Ist sie gefühlt größer, kleiner oder gleich groß? Wohin schaut die Person, zu Dir, mit Dir in die gleiche Richtung oder in eine andere Richtung?“



THE WORK ANWENDEN

Umkehrungen:

To-do-Liste:

Skalenabfrage der empfundenen Belastung

0 = im Frieden sein 10 = extreme Belastung

Ist - Wert: _____ Ziel - Wert: _____

Visuelle Repräsentation (nachher)

