

UNSER BERATUNGSGESPRÄCH:

FRAGEN ZU DEINER VORBEREITUNG



Zur Vorbereitung auf unser Gespräch habe ich einige Leitfragen für dich zusammengestellt. Sie unterstützen dich dabei, dein Anliegen vorab zu strukturieren.

Im Erstgespräch nehmen wir uns zunächst Zeit, die Situation differenziert zu erfassen, bevor wir gemeinsam mögliche Handlungsstrategien entwickeln.

Solltest du im Vorfeld Fragen haben oder dein Thema bereits in groben Zügen skizzieren wollen, schreib mir gerne eine Nachricht an info@inaglomb.de



Anlass

- Was ist der konkrete Grund für das Gespräch?
- Wer ist beteiligt?
- Was ist bisher passiert?
- Was habe ich bereits versucht?
- Was hat sich zuletzt zugespitzt oder beschäftigt mich aktuell besonders?

Emotionen & Ressourcen

- Was löst die Situation in mir aus?
- Wer sind meine Unterstützer*innen?
- Wo fühle ich mich allein gelassen?

Perspektiven

- Denke ich, das Problem ist lösbar?
- Denkt die andere Partei, das Problem ist lösbar?
- Nehmen andere wahr, dass ein Problem besteht?

Ziel

- Was möchte ich nach dem Gespräch klarer sehen, verstanden haben oder entschieden haben?
- Woran würde ich merken, dass das Gespräch hilfreich war?
- Wo wünsche ich mir Feedback, Perspektivwechsel oder konkrete Impulse?