

FAQ Aim Online Coaching

Eure häufigsten Fragen – unsere Antworten

1. Was sind die Vorteile Eures Online Coaching?

Wir wollen Dich optimal nach Deinen Bedürfnissen unterstützen. Genau deshalb spielen wir die Klaviatur des Online Coaching so gerne und kombinieren verschiedene Coaching-Formate zu Deinem Vorteil. Ob per Telefon, Video, Chat, E-Mail oder auch Face to Face – wir sind mit Herzblut und Fachverstand für Dich da. Damit es für Dich passt und Du Dich zuhause fühlst.

Die absolute Freiheit können wir Dir ebenso bieten: Coaching jederzeit, überall und ganz ohne Termin. Planung sowie lange Wege fallen genauso weg. Dafür ist flexible, schnelle Hilfe möglich. Du kannst Dich Deinem Thema widmen, wenn Dir danach ist. Ob um 3 Uhr in einer schlaflosen Nacht oder an einem verregneten Sonntagmittag.

Zudem ist es erwiesen, dass Schreiben bereits viel in Gang bringt und eine heilsame Wirkung hat. Manchmal ist es schlichtweg leichter, sich die Dinge von der Seele zu schreiben statt darüber zu reden. Hast Du jemals Tagebuch geführt? Dann weisst Du, was wir meinen. Insbesondere bei schambehafteten, schwierigen Themen gewährt Dir unser E-Mail-Coaching einen sicheren Hafen.

2. Ist Online Coaching nicht unpersönlich?

Nehmen wir zum Beispiel E-Mail-Coaching. Es fasziniert uns immer wieder, wie rasch hier Nähe und Tiefe entstehen. Das Wesentliche kommt zu Tage, Offenheit bahnt sich ihren Weg.

Das liegt wohl daran, dass keine Äusserlichkeiten ablenken. Die grössere Anonymität Türen öffnet. Dass wir und unser Coachee die Worte und den Inhalt im Fokus haben. Dass uns ausreichend Zeit bleibt, uns mit einem Thema auseinanderzusetzen. Gedanken reifen zu lassen und vollumfänglich auf unser Gegenüber einzugehen.

Aber auch bei den anderen Online-Coaching-Formaten wie Telefon und Chat kann sich diese wohltuende Vertrautheit schnell einstellen.



3. Kann ich Euch erst einmal kennenlernen, bevor ich ein Online Coaching buche?

Ausgesprochen gern. Coaching ist schliesslich Vertrauenssache. Deshalb offerieren wir Dir die Möglichkeit, uns in einem kostenlosen Erstgespräch kennenzulernen. So erfährst Du, wie wir arbeiten, welche Möglichkeiten wir Dir bieten können und ob Du Dich bei uns aufgehoben fühlst.

4. Welche Themen kann ich im Online Coaching angehen?

Prinzipiell fast alle. Ob es Dir am Herz liegt, Klarheit zu gewinnen, Blockaden zu lösen, Entscheidungen zu treffen, Krisen zu meistern, Dich neu zu orientieren oder Dein Potenzial zu entfalten – wir sind mit Freude für Dich da.

5. Wie läuft ein Online Coaching bei Euch konkret ab?

- Du schreibst uns kurz an welcome@aimcoaching.ch und wir vereinbaren ein kostenloses Kennenlern-Gespräch.
- In diesem informieren Dich über unser Coaching-Angebot, die Modalitäten und wer Zeit für Dich hat. Anschliessend legen wir gemeinsam das weitere Vorgehen fest. Will heissen: Mit welchem Coaching-Format wir wann beginnen.
- Starten wir z.B. mit E-Mail-Coaching, schilderst Du Dein Thema bequem per E-Mail. Und zwar dann, wenn Dir danach ist. Du schreibst in Deinen eigenen Worten auf, was Dich bewegt. Wie Du Dich fühlst. Was Dich stresst. Was Du Dir wünschst.
- Innerhalb von drei Arbeitstagen bekommst Du eine fundierte, ehrliche und ausführliche Antwort. Wir versetzen uns in Deine Lage. Fragen nach. Nehmen Dich ernst. Unser Fachwissen in den Bereichen (Online) Coaching und Psychologie helfen uns dabei.
- Bei den anderen Online-Coaching-Formaten vereinbaren wir im Kennenlern-Gespräch einen Termin für das erste Coaching und los geht's.

6. Muss ich beim E-Mail-Coaching gut schreiben können?

Das werden wir immer wieder gefragt. Unsere Antwort: Nein. Es geht nicht darum, schön und korrekt zu schreiben. Wesentlich ist, dass Du authentisch bist und das festhältst, was Dich bewegt. Zudem kannst Du darauf bauen, dass die richtigen Worte von selbst kommen.

7. Wie viel muss ich von mir preisgeben?

So viel wie es für Dich stimmt. Schreibe uns das, was Du schreiben willst. Erzähl uns das, was Du uns erzählen möchtest. Falls wir etwas nicht verstehen, fragen wir nach. Die Entscheidung liegt jedoch zu jedem Zeitpunkt bei Dir, was Du von Dir preisgeben willst. Wir gehen von dem aus, was Du uns mitteilst und anvertraust.



8. Wie sieht es mit meiner Privatsphäre aus?

Deine Geschichte ist uns heilig. Sie bleibt bei uns. Sprich, wenn Du mit Marion arbeitest, dann bleibt Dein Anliegen bei ihr und wenn Roman Dein Coach ist, bei ihm.

9. Wie steht es um meine Datensicherheit?

Wir nehmen den Schutz Deiner persönlichen Daten sehr ernst und entsprechen den gesetzlichen Datenschutzvorschriften. Mehr dazu findest Du auf der Datenschutzerklärung unserer Website www.aimcoaching.ch (unter „About Aim“).

Doch werden wir etwas konkreter: E-Mails von und zu unserem Mail-Service-Provider werden SSL/TLS-verschlüsselt – ein Standard, der häufig bei Webshops und Bankseiten eingesetzt wird. Darüber hinaus hosten wir unsere Daten bei einem professionellen Anbieter in der Schweiz.

10. Was geschieht nach Ende des Online Coaching mit meinen Daten?

Wir löschen die E-Mails und Notizen zu Dir automatisch einen Monat nach Deinem letzten Coaching, ausgenommen Du wünschst ein anderes Vorgehen.

11. Was brauche ich an technischem Equipment?

Je nach Coaching-Format ist anderes Equipment nötig. Beim E-Mail-Coaching sind es beispielsweise Internet-Zugang sowie ein internetfähiges Endgerät (PC, Laptop, Tablet oder Smartphone) plus E-Mail-Programm. So einfach ist es. Natürlich kannst Du Deine E-Mail auch offline verfassen und dann den Text in Deine E-Mail einkopieren, bevor Du online bist und sie an uns versendest. Bei den anderen Coaching-Formaten sind die technischen Voraussetzungen ähnlich leicht zu erfüllen. Wir informieren Dich gerne persönlich darüber.

12. Muss ich im Voraus bezahlen?

Wir glauben, dass Vertrauen einer der Pfeiler einer guten Coaching-Beziehung ist. Somit vertrauen wir Dir, dass Du unsere Leistung bezahlst. Genauso wie Du uns vertraust, dass wir Dich mit unserem Coaching wertvoll unterstützen.

Am Ende des Monats stellen wir die dann Rechnung für die Online Coachings, die Du in diesem Monat in Anspruch genommen hast.

Hast Du noch weitere Fragen?

Wir sind gerne für Dich da unter welcome@aimcoaching.ch.



Aim Coaching.

Dein persönliches Online Coaching. Jederzeit & Überall.