

Protokoll zur aktiven Klientenstimme (ADHS-Coaching)

Klient: _____

Datum: _____

Checkliste

1. Check-in & Autonomie-Start

Einstiegsfrage:

„Welche Erkenntnisse oder Gedanken seit unserem letzten Treffen sind dir heute besonders wichtig?“

Sensorik & Setting:

- () Raumtemperatur/Licht angepasst?
- () Sitzposition/Bewegungsfreiheit geklärt?

Heutiger Fokus:

- () Vom Klienten selbst definiert
- () Gemeinsam erarbeitet

2. Prozessbegleitung (Während der Sitzung)

Methoden-Wahl:

Welche Form des Ausdrucks nutzt der Klient gerade am liebsten?

- () Sprechen () Skizzieren/Visualisieren () Bewegung () Metaphern

Wahrnehmungs-Check:

Beobachtungen wurden als Hypothese („Ich habe den Eindruck...“) statt als Fakt formuliert.

Bestätigung durch erfolgt? () Ja () Nein / Korrektur: _____

Denkpausen:

Wurden aktiv Momente der Stille zum Sortieren angeboten? () Ja () Nein

3. Strategie- & Authentizitäts-Check

Strategie-Check:

„Fühlt sich dieser Lösungsansatz für dich machbar an, oder schlägst du ihn vor, um eine Erwartung zu erfüllen?“

Masking-Prävention:

Gab es Anzeichen für „Gefälligkeits-Zustimmung“?

Frage an Klient: „Habe ich dich an einem Punkt unterbrochen oder zu schnell in eine Richtung gelenkt?“ () Ja - wie? _____

() Nein

Veto-Recht:

Klient hat die explizite Erlaubnis, Übungen jederzeit abubrechen oder zu ändern.

() Bestätigt

4. Abschluss & Meta-Feedback

Zusammenfassung:

Der Klient fasst die Sitzung mit eigenen Worten zusammen.

Wichtigste Erkenntnis heute: _____

Feedback zum Prozess:

Was hat dir heute geholfen, gehört zu werden? _____

Was kann ich als Coach nächstes Mal besser machen? _____

Hausaufgabe:

- () Vom Klienten selbst vorgeschlagen
- () Auf Realitätsgehalt im ADHS-Alltag geprüft