

Vereinbarung über Coaching und/oder Hypnose

Linda Becker – Coaching und Hypnose
Im Wiesengrund 2a
49832 Freren

und

Das Ziel des Coachings oder der Hypnose ist:

Dazu planen wir folgende Gesprächseinheiten:

- x Einheit(en) Coaching
- x Einheit(en) Hypnose

Die jeweiligen Termine werden nach Bedarf nach jeder Einheit neu geplant.

Preise und Infos über Coaching und Hypnose werden im Anhang beigefügt. Bitte nimm die Infos, insbesondere zur Hypnose, vor unserem ersten Termin zur Kenntnis und teile mir deine Fragen dazu vorher mit.

Ort / Datum Unterschrift Coach

Ort / Datum Unterschrift Klient

§1 Vertragsgrund

Wir, die Vertragspartner, möchten für einen durch uns gemeinsam definierten Zeitraum in einem Coach (Auftragnehmer) - Klienten (Auftraggeber) - Verhältnis zusammenarbeiten.

§2 Das Verständnis von Coaching

Coaching beinhaltet die Ermittlung und Eingrenzung des Themas, Stärkung von Ressourcen des Klienten und Begleitung des Klienten zur Umsetzung des vom Klienten selbst gesetzten Ziels. Der Coach steht dem Klienten als Prozessbegleiter, Berater und Initiator von Veränderungen zur Verfügung. Die eigentliche Veränderung wird vom Klienten selbst geleistet. Der Erfolg hängt maßgeblich von seinem Engagement ab.

§3 Gegenstand des Vertrages

Die Grundlage für den Vertrag wird im gemeinsamen Erstgespräch über das Anliegen des Klienten geklärt. Hierbei werden das Thema und das Ziel des Coachings aufgrund der Angaben des Klienten festgelegt. Änderungen an der Zielformulierung können im Laufe des Coaching-Prozesses schriftlich vorgenommen werden. Während des Erstgesprächs werden die Laufzeit und die Preise des Coachings mit dem Klienten vereinbart.

§4 Verantwortung des Coaches

Transparenz:

Der Coach wird die anzuwendenden Methoden und die Wirkungsweise erklären sowie auf mögliche Risiken und Ergebnisse hinweisen und diese dem Klienten transparent machen. Zu den Methoden kann auch Hypnose gehören. Falls Hypnose vom Klienten als Unterstützung gewünscht wird, werden weitere schriftliche Aufklärungen zur Wirkungsweise, Vorbereitung der Hypnose und möglichen Risiken ausgehändigt.

Verschwiegenheit:

Der Coach verpflichtet sich, ihm anvertraute Informationen vertraulich zu behandeln. Falls ein Protokoll zum Coaching geführt wird, sind die Unterlagen zuverlässig zu verwahren, so dass kein Außenstehender Zugang dazu bekommen kann. Ein Protokoll wird nur zur Unterstützung der Zielerreichung und als Gedankenstütze für die nächsten Coachings genutzt. Eine Einsicht des Klienten in das Protokoll ist jederzeit möglich. Eine Informationsweitergabe an Dritte bedarf der schriftlichen Zustimmung des Klienten. Im Falle einer Supervision werden die persönlichen Details so verändert, dass ein Wiedererkennen nicht möglich ist.

Zurückhaltung:

Der Coach erteilt dem Klienten keine Ratschläge. Er verhält sich möglichst neutral in seinen Anschauungen und bemüht sich den Klienten nicht im eigenen Interesse (des Coaches) zu beeinflussen. Die Aufgabe des Coaches besteht darin, die Ressourcen des Klienten zu stärken und diesen zur Selbsthilfe zu befähigen.

Verantwortung:

Der Coach verpflichtet sich die Auswahl und den Einsatz der Methoden und Interventionsmöglichkeiten zum besten Nutzen des Klienten zur Erreichung seines Anliegens einzusetzen. Sollte sich der Coach nicht in der Lage sehen, das Coaching fachgerecht zu dem vereinbarten Ziel zu führen, wird der Coach rechtzeitig den Klienten davon in Kenntnis setzen. Der Klient und der Coach können dann wählen, ob das Ziel angepasst werden sollte oder das Coaching beendet wird.

§5 Verantwortung des Klienten

Ein Coaching beruht auf gegenseitigem Vertrauen. Nur durch die aktive Mitarbeit des Klienten ist ein Coaching möglich. Der Klient sollte möglichst bereit und offen dafür sein, sich mit seiner Situation auseinanderzusetzen. Der Klient ist für seine physische und psychische Gesundheit während der Sitzungen und auch in der Phase zwischen den Terminen in vollem Umfang selbst verantwortlich.

Dem Klienten ist bewusst, dass der Erfolg des Coachings maßgeblich von seinem eigenen Engagement abhängig ist. Coaching ist ein freier, aktiver und selbstverantwortlicher Prozess, dessen Erfolg deshalb nicht garantiert werden kann. Die eigentliche Veränderungsarbeit wird vom Klienten geleistet.

Der Klient sollte und darf ausdrücklich jederzeit, auch während einer Übung oder Intervention, mitteilen, wenn es ihm aus irgendeinem Grund nicht mehr gefällt, an diesem Punkt weiterzugehen. Alle Übungen, Interventionen oder auch Hypnosensitzungen können jederzeit unterbrochen und umgestellt oder für den Klienten passender geformt werden. Auch Abbrüche auf Wunsch sind immer möglich und werden durch den Coach bestmöglich begleitet.

§6 Ort des Coachings

Die Gespräche können persönlich 1 zu 1 oder online per Zoom geführt werden. Das Coaching kann im Wiesengrund 2a, in 49832 Freren stattfinden oder in vorher miteinander abgestimmten Räumlichkeiten.

§7 Zeitrahmen

Der zeitliche Rahmen wird im Vorgespräch grob festgelegt. Da die Zielerreichung maßgeblich vom Klienten abhängt, kann der Prozess kürzer oder länger ausfallen. Der Klient kann die Minimalanzahl oder Maximalanzahl selbst wählen oder während des Coachings verändern. Termine können rechtzeitig zwei Tage vor Beginn abgesagt werden. Danach werden sie in Rechnung gestellt.

Eine Coaching-Sitzung dauert in der Regel 60 Minuten.
Es können auch umfassendere Sitzungen von zwei Stunden oder drei Stunden gebucht werden.

Eine Hypnose-Einheit dauert in der Regel 90 Minuten.

§8 Kosten

Das Honorar für eine Coaching-Sitzung von

- einer Stunde (60 Minuten) beträgt 95,- EUR
- zwei Stunden kosten 180,- EUR
- drei Stunden kosten 270,- EUR.

Das Honorar für eine Hypnose Sitzung von

- 90 Minuten beträgt 140,- EUR.

Die Rechnungserstellung erfolgt nach jeder Sitzung. Der Rechnungsbetrag ist ohne Abzug sofort fällig.

§9 Ausfallvergütung

Bei fest vereinbarten Terminen hat der Klient dem Coach eine Ausfallvergütung in Höhe von 80,- EUR pro 60 Minuten zu zahlen. Sagt der Klient den Termin mindestens zwei Werktagen vor dem vereinbarten Termin ab, entfällt die Ausfallvergütung.

§10 Kündigung

Der Vertrag kann von beiden Seiten ohne Angabe von Gründen jederzeit gekündigt werden. Die Kündigung hat schriftlich zu erfolgen:

per E-Mail an info@becker-coaching.net

oder

per Post an:

Linda Becker – Coaching und Hypnose, Im Wiesengrund 2a, 49832 Freren.

§11 Abgrenzung zu Therapie oder Heilbehandlungen

Das Coaching oder die Hypnose sind keine Psychotherapie oder Heilbehandlung und sollen diese nicht ersetzen. Das Coaching und die Hypnose setzen eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus. Bei Beschwerden ist der Klient aufgefordert sich in ärztliche Behandlung zu begeben.

§12 Datenschutz

Die persönlichen Daten des Klienten (Name, Adresse, Telefon) werden zur Rechnungserstellung und Kontaktaufnahme auch elektronisch gespeichert. Eine Speicherung der Daten zum Ziel des Coachings und zwischenzeitliche Notizen werden für die Zeit des Coachings ebenfalls elektronisch gespeichert. Sollte eine Aufnahme des Coachings per Zoom gewünscht werden, wird die Aufnahme nur für die Zeit des Coachingvertrages gespeichert. Die Daten werden danach von mir gelöscht.

§13 Urheberrechte

Sollten Ton oder Videomitschnitte angefertigt werden, dürfen diese nicht verbreitet oder vervielfältigt werden. Das gilt ebenfalls für Materialien und Unterlagen, die vom Coach zur Verfügung gestellt werden. Das Urheberrecht liegt bei Linda Becker – Coaching und Hypnose, Lingener Str. 41, 48531 Nordhorn.

Ton oder Videomitschnitte dürfen nur angefertigt werden, wenn beide Vertragspartner dem zugestimmt haben.

§14 Haftung

Für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit haftet Linda Becker - Coaching und Hypnose nur, wenn sie auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung des Coaches oder einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen des Coaches beruhen.

Für sonstige Schäden, soweit sie nicht auf der Verletzung von Kardinalpflichten (solche Pflichten, deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrages überhaupt erst ermöglichen und auf deren Einhaltung der Vertragspartner regelmäßig vertrauen darf) beruhen, haftet der Coach nur, wenn sie auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung von Linda Becker - Coaching und Hypnose oder einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen von Linda Becker - Coaching und Hypnose beruhen.

§15 Allgemeines

Sollte eine Klausel dieses Vertrages unwirksam sein oder werden, so bleibt der Vertrag im Übrigen gültig.

Unterstützende Tipps zur Hypnose

1. Hinweise zum Verhalten vor der Hypnose

- Achte darauf, möglichst entspannt und pünktlich zum Termin zu erscheinen. Übermüdung oder starke Erschöpfung können die Aufnahme der Suggestionen beeinflussen.
- Trinke bitte vor der Hypnose keine koffeinhaltigen Getränke, um eine gute Entspannung zu ermöglichen.
- Nimm bitte keine Medikamente ein, die du nicht akut benötigen oder auf ärztlichen Rat einnehmen sollst.
- Bitte teile mir im Vorgespräch mit, ob du dich wegen des Themas in Behandlung befindest. Der Behandelnde / Arzt sollte dir eine schriftliche Erlaubnis zur Hypnose ausstellen. Ein Hypnose-Coaching ist keine Therapie und ersetzt keine ärztliche Behandlung.

2. Hinweise zum Verhalten während der Hypnose

- Vertrauen ist eine wichtige Basis der Hypnose. Solltest du zu irgendeinem Zeitpunkt Bedenken haben oder dich unwohl fühlen, teile es gern jederzeit mit.
- Folge den Anweisungen während der Hypnose und höre der Stimme zu. Versuche dich geistig darauf einzustellen.
- Experimentiere bitte nicht während der Hypnose ob du dich gegen die Worte „wehren“ kannst oder indem du gezielt versuchst dir etwas anderes vorzustellen. Du darfst jederzeit mitteilen, wenn du den Worten nicht folgen möchtest oder etwas anderes stört. Die innere Bereitschaft sich so gut es geht auf die Hypnose einzulassen, ist essenziell für einen Erfolg.
- Versuche eine „innere Beobachterposition“ einzunehmen. Gestatte dir die körperlichen Empfindungen, Gefühle, Bilder und Gedanken wahrzunehmen. Analysiere nicht, was der Hypnose-Coach gerade wohl sagt und warum er dies tut, mache dir keine Gedanken darüber, ob die Hypnose schon wirkt oder was um dich herum gerade passiert. Lass die Hypnose einfach geschehen und fühle die Wirkung in deinem Inneren.
- Aufgrund der entspannenden Wirkung der hypnotischen Trance können ungefährliche Effekte auftreten: Hustenreiz oder Juckreiz (aufgrund einer verbesserten Feindurchblutung), Schluckreiz oder Lachreiz. Versuche nicht diese Reize zu unterdrücken, sondern lass sie einfach geschehen. Du darfst dich während der Trance jederzeit bewegen, sprechen oder bequemer hinsetzen. Es ist wichtiger, sich entspannt und wohlfühlen, als regungslos zu verharren, um die Trance nicht zu stören.

3. Hinweise zum Verhalten nach der Hypnose

- Achte darauf, die Termine zur Hypnose so zu legen, dass du keine langen Autofahrten im Anschluss der Hypnose hast. Aufgrund der entspannenden Wirkung ist mit einem gewissen Grad an Müdigkeit zu rechnen. Dein Reaktionsvermögen im Straßenverkehr könnte eingeschränkt sein.
- Gönn dir im Anschluss an die Hypnose etwas Ruhe, damit die Wirkung sich richtig entfalten kann. Hektik oder konzentriertes Arbeiten nach der Hypnose können die Wirkung einschränken.
- Gesundes Schlafverhalten in den Tagen danach kann die Hypnose optimal unterstützen, da der Schlaf viele Tiefenspeicherungsprozesse fördert.
- Meide in den ersten zwei Tagen nach Möglichkeit Gespräche über die Hypnose-Sitzung oder dein Behandlungsthema und beschäftige dich auch nicht anderweitig mit dem Thema, da sonst das Unterbewusstsein dadurch beeinflusst werden könnte.
- Zu frühe „Austestung“ der Wirkung kann ebenfalls zur Verminderung der Wirkung führen. Du darfst gern Veränderungen in den Gefühlen oder Träumen wahrnehmen und kleine Details beachten, die subtil eine Veränderung anzeigen können.
- Solltest du im Anschluss an die Hypnose emotionale Reaktionen beobachten, die du nicht zuordnen kannst, wende dich bitte direkt an den Hypnose-Coach.
- Sollte die Wirkung nicht wie gewünscht eintreten, wende dich ebenfalls an den Hypnose-Coach, um eine weitere Vorgehensweise abzustimmen.

4. Weitere Allgemeine Informationen

- Die Hypnose ist ein sehr entspannender Zustand, in dem das bewusste Denken in den Hintergrund tritt und der Klient mit Hilfe der Vorstellungskraft in eine imaginierte Wirklichkeit geführt wird. Je intensiver die imaginierte Wirklichkeit nachempfunden werden kann, desto umso wahrscheinlicher können diese Erfahrungen später helfen auch in der Lebenswirklichkeit etwas zu verändern.

Wenn du noch weitere Fragen hast, bin ich gerne für dich da.

Ich wünsche dir viel Erfolg!

Linda Becker - Coaching und Hypnose