

COACH UND JUGEND-COACH

Renate Nuffer
Daxerstraße 55 – 82140 Olching
Tel/Fax: 08142 / 655 49 71

Coaching-nuffer@t-online.de
www.coaching-nuffer.de

INFOS zum ONLINE-Coaching

WAS Du benötigst

Internetanschluss ☺ - Laptop oder PC – Webcam - Mikrofon

Eventuell ein Headset bzw. Kopfhörer (Qualität ist oft besser als beim eingebauten Mikrofon)

WIE läuft es ab

Für meine Online-Coachings verwende ich ZOOM

– Du erhältst von mir eine Einladung per E-Mail mit einen Link, den Du zum vereinbarten Zeitpunkt einfach nur aktivierst –

Zum 1. Termin bitte 5-10 min vor dem Coaching dem Meeting beitreten, damit Du das Programm herunterladen kannst.

Möchtest Du keinen download, kannst Du auch den Link in Deinen Browser kopieren und von dort aus starten.

ZOOM ist einfach und intuitiv zu bedienen ☺

→ Wenn Du Zoom noch nie verwendet hast, bitte ich Dich vor unserem Meeting über den Testlink das Programm kurz auszuprobieren, damit es zum Coaching dann auch funktioniert

<https://support.zoom.us/hc/de/articles/115002262083-Wie-f%C3%BChricht-ich-vor-dem-Beitritt-zu-einem-Meeting-einen-Test-durch>

Das Coaching

Alle Dateien, die wir zum jeweiligen Termin benötigen erhältst Du entweder direkt im Coaching, oder vorab per Mail – wir haben dann beide die gleichen Unterlagen, die wir zusammen besprechen, vorliegen.

Du solltest in einem ruhigen Raum sitzen, gerne mit Deiner Lieblingstasse Kaffee – Stift und Papier bitte bereitlegen, damit Du zwischendurch etwas notieren kannst.

Das Handy oder sonstige Störquellen bitte ausschalten – wir wollen ja eine konzentrierte gemeinsame Stunde miteinander verbringen, aus der Du möglichst viel mitnehmen kannst!

Ich freue mich auf Dich!

