

## **Allgemeine Vertragsbedingungen Allenspach Coaching Bern, Stand: 17.03.2025**

### **1. Gegenstand des Vertrages**

Coaching basiert auf einem Erstgespräch, in dem die Klient\*innen das Thema oder Ziel benennen. Der Coach nutzt von den Klient\*innen bereitgestellte Daten und Informationen. Empfehlungen des Coachs ersetzen keine persönlichen Entscheidungen der Klient\*innen.

### **2. Arbeitsweise des Coachs**

Der Coach gibt keine direkten Ratschläge oder Lösungen vor. Stattdessen liegt der Fokus darauf, die Klient\*innen zu befähigen, eigene Lösungen zu entwickeln. Dies geschieht durch gezielte Fragestellungen, das Spiegeln von Beobachtungen und das Anbieten verschiedener Perspektiven. Der Coach unterstützt die Klient\*innen dabei, ihre eigenen Gedanken und Gefühle zu erkunden und daraus Schlüsse für ihr Handeln zu ziehen.

Das Ziel des Coachings ist es, die Selbstständigkeit der Klient\*innen zu fördern, sodass sie fähig sind, Entscheidungen selbst zu treffen und Herausforderungen ohne externe Hilfe zu meistern. Der Coach wird den Klient\*innen die eingesetzten Methoden und Techniken zu jedem Zeitpunkt des Coachings erläutern und auf mögliche Risiken und Ergebnisse hinweisen. Alle Informationen werden vom Coach vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

### **3. Verantwortung der Klient\*innen**

Ein Coaching beruht auf Kooperation und gegenseitigem Vertrauen. Der Coach macht in diesem Zusammenhang darauf aufmerksam, dass Coaching ein freier, aktiver und selbstverantwortlicher Prozess ist und ein bestimmter Erfolg nicht garantiert werden kann. Der Coach steht den Klient\*innen als Prozessbegleiter und als Unterstützung bei eigenen Entscheidungen und Veränderungen zur Seite – die eigentliche Veränderungsarbeit wird von den Klient\*innen geleistet.

Die Klient\*innen sollten daher bereit und offen sein, sich mit sich selbst und ihrer Situation auseinanderzusetzen und sich persönlich zu verändern. Die Klient\*innen sind für ihre physische und psychische Gesundheit sowohl während der Sitzung als auch in der Phase zwischen den Terminen in vollem Umfang selbst verantwortlich. Sämtliche Maßnahmen, die die Klient\*innen aufgrund des Coachings durchführen, liegen in ihrem eigenen Verantwortungsbereich.

### **4. Ort des Coachings**

Sofern nichts anderes zwischen den Parteien vereinbart wurde, finden die Coaching-Sitzungen online statt. Für Sitzungen vor Ort werden Reisezeit, Fahrspesen und allenfalls Mietkosten berechnet. Diese richten sich nach Aufwand (Tarif Reisezeit CHF 75 pro Stunde).

### **5. Zeitrahmen, Vergütung, Konditionen**

Das Coaching ist zeitlich begrenzt. Der Zeitrahmen wurde auf Seite 1 festgelegt.

Eine Online-Coaching-Sitzung dauert 60 Minuten. Für eine Sitzung beträgt die Vergütung CHF 150.00 (Einzelsitzung). Allenspach Coaching ist nicht mehrwertsteuerpflichtig. Die Zahlung erfolgt entweder bar oder per Twint nach jeder Sitzung.

### **6. Kündigung**

Der Vertrag kann von beiden Seiten, ohne Angaben von Gründen, jederzeit gekündigt werden. Die Kündigung hat schriftlich zu erfolgen. Bereits in Anspruch genommene Leistungen sind unabhängig davon zu bezahlen.

### **7. Abgrenzung zu Therapie oder sonstigen Heilbehandlungen**

Das Coaching ersetzt keine Psychotherapie oder Heilbehandlung. Das Coaching setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus. Bei Beschwerden mit Krankheitswert sind die Klient\*innen aufgefordert, sich in ärztliche Behandlung zu begeben.

### **8. Schlussbestimmungen**

Gerichtstand ist Bern, es gilt das Schweizer Recht.