

Fragebogen Studie zum Vergleich von Präsenz-, Hybrid- und Online-Coaching

Design

- Online-Befragung
- 1 Messzeitpunkt / Querschnitt
- **Zielgruppe: Klienten/ Klientinnen**
- 3 Gruppen: Online / Hybrid / Face-to-Face
- Abfrage der Gruppen über folgenden Link
- Ziel-Stichprobe: N = 150

Messinstrumente / Variablen

- Nebenwirkungen von Coaching (Schermuly, 2014)
- Beziehungsqualität (WAI-SR, Willmers et al., 2008)
- Variablen der Media Naturalness Theory (Kook, 2005)
- Fragebogen zum Coachingerfolg global (Skala angelehnt an Kirkpatrick's (1967) model of training)
- Demografische Variablen

Startseite

Liebe Klientinnen und Klienten,
herzlich Willkommen und vielen Dank, dass Sie sich für die Beantwortung unseres Online-Fragebogens zu Ihrer letzten Coachingteilnahme Zeit nehmen.

In unserer Studie wollen wir untersuchen, welche Wirkungen und Nebenwirkungen in verschiedenen Coachingformaten auftreten und vergleichen dazu **Online-, Hybrid- und Präsenz-Coachings** miteinander. Dazu haben wir in unserer ersten Studie Coaches befragt. Um jedoch valide Aussagen über die Wirksamkeit verschiedener Coachingformate tätigen zu können, ist nun **Ihre Einschätzung als Klientin/ Klient zu Ihrem letzten Coaching wichtig**.

Auf der folgenden Seite werden Ihnen Fragen zu Ihrer letzten Coachingteilnahme gestellt.

Beziehen Sie sich bei der Beantwortung des Fragebogens bitte immer auf **Ihre letzte Coachingteilnahme**.

Die Beantwortung dauert **etwa 15 Minuten**. Die Datenerhebung erfolgt selbstverständlich anonym. Rückschlüsse über Sie sind zu keiner Zeit möglich. Bitte beantworten Sie den Fragebogen vollständig, da wir ansonsten Ihre Antworten nicht in der Auswertung berücksichtigen können.

Herzlichen Dank

Natalie Michalik, Prof. Dr. Carsten C. Schermuly und das Team der SRH (SRH Berlin University of Applied Sciences)

Seite 1

Zu Beginn haben wir einige allgemeine **Fragen zu Ihrer Person und Ihrer letzten Coachingteilnahme**. Wenn Sie sich bei der Beantwortung einer Frage unsicher sind, schätzen Sie die Antwort bitte so gut es Ihnen möglich ist ein.

Wie alt sind Sie? _____ Jahre (Alter)

Was ist Ihr Geschlecht?

- 1 = weiblich
- 2 = männlich
- 3 = divers

Was ist Ihr höchster Bildungsabschluss? (Bildungsabschluss)

Promotion, Hochschul- oder Fachhochschulabschluss, Abitur, Realschulabschluss, Hauptschulabschluss, kein Schulabschluss

In welcher Position arbeiten Sie zur Zeit?

- 1 Praktikant/in
- 2 Werkstudent/in
- 3 Trainee
- 4 Auszubildende/r
- 5 Angestellte/r
- 6 Führungskraft
- 7 Selbstständiger
- 8 Sonstiges

Wie viele Wochenstunden arbeiten Sie wöchentlich laut Arbeitsvertrag? (Wochenstunden)
____ Stunden in der Woche

Wie viele Jahre Berufserfahrung haben Sie in Ihrem derzeitigen Beruf (z. B. 18,5 Jahre oder 0,5 Jahre)?

Wie viele Jahre arbeiten Sie bereits bei Ihrem derzeitigen **Arbeitgeber** (z. B. 18,5 Jahre oder 0,5 Jahre)?

Welcher **Branche** ist die Organisation, für die Sie arbeiten, zuzuordnen?

- 1. Baugewerbe
- 2. Beratung
- 3. Bildung
- 4. Energie- und Wasserversorgung
- 5. Forschung und Entwicklung
- 6. Gesundheits- und Sozialwesen
- 7. Grundstücks- und Wohnungswesen
- 8. Handel

9. Industrie und verarbeitendes Gewerbe
10. IT/Software
11. Kredit- und Versicherungsgewerbe
12. Land- und Forstwirtschaft
13. Medien
14. Öffentliche Verwaltung
15. Tourismus und Freizeitwirtschaft
16. Verkehr und Nachrichtenübermittlung
17. Sonstige:

Wie viele **Beschäftigte** hat Ihre Organisation im deutschsprachigen Raum ungefähr?

1. bis 10
2. 11 bis 50
3. 51 bis 100
4. 101 bis 1.000
5. 1.001 bis 5.000
6. 5.001 bis 10.000
7. 10.001 bis 20.000
8. über 20.000

Seite 2

Zu Beginn haben wir noch ein paar Fragen zu den **Rahmenbedingungen Ihrer letzten Coachingteilnahme**. Wir möchten gerne wissen, wann das Coaching ungefähr stattgefunden hat und welchen Umfang das Coaching hatte.

Zeitraum (Beispiel: Mai 21-Juni 21)

Umfang in Zeitstunden (10 Stunden) ____ Stunden

Vom wem wurde Ihre letzte Coachingteilnahme bezahlt?

- Arbeitgeber
- Selbstbezahler
- Sonstige

Was waren die wichtigsten Themen des Coachings? Mehrfachantworten sind möglich.

1. Begleitung in Umbruchsituation
2. Burnout-Prävention
3. Burnout
4. Existenzgründung
5. fachliche Kompetenzen
6. Führungsstil
7. Innovationsbedarf
8. Karriereentwicklung
9. Leistungsoptimierung
10. Mitarbeitermotivation
11. persönliche Motivation
12. Persönlichkeitsentwicklung
13. Probleme im privaten Bereich
14. Reflexion der eigenen beruflichen Rolle
15. Selbstwertprobleme
16. Stressverarbeitung
17. Übernahme einer Führungsposition
18. Zeitmanagement
19. zwischenmenschliche Probleme mit Kollegen auf derselben Hierarchieebene
20. zwischenmenschliche Probleme mit Mitarbeitern
21. zwischenmenschliche Probleme mit Vorgesetzten
22. Sonstige:

In welchem Format hatte das Coaching stattgefunden?

- Präsenz-Coaching (Face-to-Face)
- Coaching via Audio/ Video (Online-Coaching)
- Hybrid-Coaching (Präsenz- und Online-Coaching) (Filterfrage: Stunden Face-to-face/Online)

Wie gerne nutzen Sie folgende „Formate“ im Coaching?

- Präsenz-Coaching (Face-to-Face)
- Coaching via Audio/ Video (Online-Coaching)
- Hybrid-Coaching (Präsenz- und Online-Coaching)

Seite 3

Zunächst interessiert uns Ihre Einschätzung zum Ihrem wahrgenommenen Erfolg des Coachings als Klient/ Klientin. Wir möchten Sie nun bitten sich noch einmal Ihre letzte **Coachingteilnahme** zu vergegenwärtigen.

Bitte beziehen Sie alle Aussagen auf dasselbe Coaching, also auf Ihre letzte Coachingteilnahme als Klient/ Klientin.

Bitte bewerten Sie den bisherigen Erfolg dieses Coachingprozesses.

Bitte bewerten Sie in wie weit folgende Aussagen zutreffen. Es gibt dabei keine richtigen oder falschen Antworten.

Likert-Skala 7-stufig („stimme überhaupt nicht zu“ bis „stimme voll und ganz zu“)

1. Das Coaching hat mir Spaß gemacht.
2. Allgemein gesprochen war ich mit meinem Coaching zufrieden.
3. Der Lernzuwachs für war hoch für mich.
4. Ich habe durch das Coaching neue Sichtweisen erhalten.
5. Ich habe durch das Coaching neue Verhaltensweisen erproben können.
6. Durch das Coaching konnte ich mich in beruflichen Situationen erfolgreicher verhalten.
7. Das Coaching war bisher eine sinnvolle Investition für mich/ meinen Arbeitgeber.
8. Durch das Coaching wurde viel Positives in meinen Arbeitsbereichen bewegt.

Seite 3

Auch bei erfolgreichen Coachings können unerwünschte Effekte auftreten. Die folgenden Aussagen stellen mögliche **Nebenwirkungen** eines Coachings dar.

Bitte beziehen Sie alle Aussagen auf dasselbe Coaching, also auf Ihre letzte Coachingteilnahme als Klient/ Klientin.

Falls Sie eine Aussage als zumindest etwas zutreffend bewerten (also eine 1 oder höher angeben), dann schätzen Sie bitte auf der nächsten Seite **zusätzlich** ein, ob die Nebenwirkung **kurzfristig** (weniger als 4 Wochen) oder **langfristig** (mehr als 4 Wochen) Bestand hatte bzw. haben wird.

Likert-Skala 5-stufig (0 (= überhaupt nicht zutreffend), 1 (= etwas zutreffend), 2 (= mittelmäßig zutreffend), 3 (= stark zutreffend), 4 (= voll und ganz zutreffend))

Filterfragen bei 1 oder höher:

Bitte schätzen Sie ein, ob dieser Effekt kurzfristig (weniger als vier Wochen) oder langfristig (mehr als vier Wochen) Bestand hatte.

Sie haben auf der vorherigen Seite angegeben, dass unerwünschte Effekte des Coachingprozesses entstanden sind. Bitte schätzen Sie ein, wie positiv Sie diesen Effekt einschätzen.

Durch das Coaching

1. ... reduzierte sich meine Arbeitszufriedenheit.
2. ... reduzierte sich meine Lebenszufriedenheit.
3. ... reduzierte sich meine Arbeitsmotivation.
4. ... verschlechterte sich meine Work-Life-Balance.
5. ... verschlechterten sich meine Arbeitsleistungen.
6. ... zeigte ich höhere Schwankungen in meiner Arbeitsleistungen.
7. ... habe ich meine Arbeit verloren, ohne dass ich das wollte.
8. ... habe ich meinen Arbeitgeber gewechselt und arbeite nun unter schlechteren Arbeitsbedingungen (z.B. schlechtere Aufstiegschancen oder weniger Gehalt).
9. ... hat sich an meinen Problemen nichts geändert (das Coaching war wirkungslos).
10. ... wurden meine ursprünglichen Ziele abgewandelt, ohne dass ich das wollte.
11. ... hat sich zwischen mir und dem Coach ein Liebesverhältnis oder ein sexueller Kontakt entwickelt.
12. ... habe ich Symptome einer psychischen Störung entwickelt.
13. ... haben sich Symptome einer bestehenden psychischen Störung verschlimmert.
14. ... wurden bei mir tiefergehende Probleme angestoßen, die nicht bearbeitet werden konnten.
15. ... hat sich die Beziehungsqualität zu Kollegen/Kolleginnen verschlechtert.
16. ... hat sich die Beziehungsqualität zu Vorgesetzten verschlechtert.
17. ... hat sich die Beziehungsqualität zu Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen verschlechtert.
18. ... hat sich die Beziehungsqualität zu dem Ehepartner/Ehepartnerin verschlechtert.
19. ... hat sich die Beziehungsqualität anderen Familienmitgliedern verschlechtert.

20. ... entwickelte ich ein verstärktes Abhängigkeitsverhältnis zum Coach.
21. ... habe ich meine Arbeit als weniger bedeutsam erlebt.
22. ... habe ich mich als weniger kompetent bezüglich meiner Arbeit erlebt.
23. ... hat sich mein Einfluss in meinem Arbeitsbereich verringert.
24. ... konnte ich weniger selbst bestimmen, wie ich bei meiner Arbeit vorgehe.
25. ... habe ich mehr Angst gegenüber meiner Arbeit entwickelt.
26. ... habe ich mehr Alkohol, Zigaretten oder Medikamente konsumiert.
27. ... ist ein Rechtsstreit zwischen dem Coach und mir entstanden.
28. ... habe ich mich in eine finanziell bedrohliche Situation gebracht.
29. ... kamen Dritte meine persönlichen Informationen.
30. ... musste ich Leistungen bezahlen, die nicht vorher abgesprochen waren.
31. ... habe ich Stress aufgrund von Problemen mit der Technik erlebt.
32. ...fiel es mir schwerer, durch fehlende Körpersprache mich im digitalen Setting auszudrücken.
33. ...fiel es mir schwerer, mich nach einem Wechsel vom Online-Coaching auf das Präsenz-Coaching einzulassen.

Sind weitere Nebenwirkungen aufgetreten, die nicht in der Liste aufgeführt sind? Bitte teilen Sie uns diese hier mit: ? _____

Seite 4

Im nächsten Abschnitt interessiert uns die **Beziehung zu Ihrem Coach**. Bitte bewerten Sie, inwieweit jede der Aussagen Ihrer persönlichen Meinung entspricht.

Bitte beziehen Sie weiterhin alle Aussagen auf Ihre **letzte Coachingteilnahme als Klientin/ Klient**.

Likert-Skala 5-stufig („stimme überhaupt nicht zu“ bis „stimme voll und ganz zu“)

1. Durch das Coaching ist mir klar geworden, wie ich mich verändern kann.
2. Das, was ich im Coaching mache, eröffnet mir neue Sichtweisen auf meine Probleme.
3. Ich glaube, mein Coach mag mich.
4. Mein Coach und ich arbeiten gemeinsam dran, Coachingziele zu setzen.
5. Mein Coach und ich achten einander.
6. Mein Coach und ich arbeiten auf Ziele hin, über die wir uns einig sind.
7. Ich spüre, dass mein Coach mich schätzt.
8. Mein Coach und ich stimmen überein, woran es für mich wichtig ist zu arbeiten.
9. Ich spüre, dass mein Coach auch dann zu mir steht, wenn ich etwas tue, was er/sie nicht gut heißt.
10. Ich spüre, dass das, was mein Coach im Coaching tut, mir helfen wird, die von mir gewünschten Ziele zu erreichen.
11. Mein Coach und ich sind uns im Klaren darüber, welche Veränderungen gut für mich wären.
12. Ich glaube, dass es richtig ist, wie wir an meinem Problem arbeiten.

Fast geschafft! Abschließend haben wir noch einige **Fragen zu Ihrem letzten abgeschlossenen Coachingprozess**. Bitte beziehen Sie wieder alle Aussagen auf **Ihr letztes abgeschlossenes Coaching**, auf das Sie Ihre vorherigen Aussagen bezogen haben. Bitte bewerten Sie folgende Aussagen aus **Sicht Ihrer Klientin / Ihres Klienten**.

Likert-Skala 7-stufig („stimme überhaupt nicht zu“ bis „stimme voll und ganz zu“)

1. Die Vermittlung von Fakten und Wissen war oft mehrdeutig für mich im letzten Coaching.
2. Ich konnte oft nicht verstehen, was im Coaching vermittelt wurde.
3. Ich habe mich während des Coachings gelangweilt.
4. Die Vermittlung von Fakten und Wissen war oft vage und verwirrend für mich.
5. Mir war oft nicht klar, was im Coaching gemeint war.
6. Die Teilnahme an diesem Coaching war eine anspruchsvolle und komplexe Aufgabe für mich.
7. Ich hatte das Gefühl, dass dieses Coaching nicht anregend war.
8. Die Teilnahme an diesem Coaching war aufgrund des Tempos, in dem das Coaching ablief, mit einem hohen Zeitdruck für mich verbunden.

Seite 6

Zum Schluss möchten wir gerne wissen, wann das von Ihnen bewertete Coaching ungefähr stattgefunden hat und welchen Umfang das Coaching hatte.

Zeitraum (Beispiel: Mai 21-Juni21) ____

Umfang in Zeitstunden (10 Stunden) __ h

Schlussseite

Sie haben es geschafft, herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an natalie.michalik@srh.de.

Mit freundlichen Grüßen

Natalie Michalik und Prof. Dr. Carsten C. Schermuly und Team
(SRH Berlin University of Applied Sciences)