

Checkliste

Passt ein Queer Life Coaching zu mir?

Eine Orientierungshilfe für Queere Menschen

	Kreuze an für JA	x
Alltag	Ich möchte meine Persönlichkeit weiterentwickeln und neue Verhaltensweisen im Alltag ausprobieren.	
Beruf	Ich möchte einen Job finden, an dem ich mich sicher und akzeptiert fühle, und möchte meine Bewerbungen einem queer-friendly Arbeitgeber professionell begleiten lassen.	
Coming Out	Ich möchte in einem Safe Space über meine Coming Out Erfahrung sprechen, oder mein Coming Out vorbereiten.	
Finanziell	Ich möchte in meine Weiterentwicklung investieren und kann es mir leisten ein Honorar privat zu bezahlen.	
Gesundheit	Ich bin körperlich gesund und kann mein Leben selbstbestimmt leben und Entscheidungen treffen.	
Lebensweise	Ich möchte mit jemanden über meine Lebensführung und mein soziales Umfeld sprechen.	
Queerness	Ich möchte in einem geschützten Rahmen über mein Queer-Sein im Alltag mit jemanden sprechen, der mich versteht und meine Erfahrungen teilt.	
Ressourcen	Ich will eine positive Veränderung in meinem Leben erreichen und mich bei der Entdeckung neuer Blickwinkel im Leben professionell begleiten lassen.	
Sexualität	Ich möchte in einem Queer-sensiblen Rahmen über Partnerschaft, Sexualität und Vorlieben sprechen und Leichtigkeit im Umgang mit meiner Sexualität gewinnen.	
Zeitraum	Ich möchte in einem kurzen Zeitraum in den nächsten 1-3 Monaten im Rahmen von 1-10 Sitzungen zu einer Erkenntnis über mein Anliegen kommen.	

Diese Checkliste dient einer groben Orientierung und Entscheidungshilfe und ersetzt kein fundiertes Erstgespräch.