

Počnite s praznim listom papira i procjenom napretka

1. Uspostavite odnos/povezanost
  - Napravite uvod u sat (coaching, terapiju, trening)
  - Uskladite se, uspostavite rapor
  - Stvorite atmosferu potrebnu za coaching
  
2. Utvrdite temu i cilj (ukoliko se promijeni tijekom sata, ponovite 2. korak)
  - Dogovorite se o čemu ćete razgovarati
  - Složite se oko željenog cilja
  - Izaberite nit konverzacije
  
3. Razotkrivanje razumijevanja, učenja, uvida
  - Postavljanje pitanja, izgradite međusobno razumijevanje
  - Omogućite izražavanje znanja i vrijednosti
  - Pročistite (dodatno analizirajte) ciljeve tj. ono što sada žele
  
4. Oblikujte dogovore / zaključke
  - Ukratko prikažite ideje i opcije
  - Pronađite specifične akcije ukoliko smatrate korisnim
  - Stvorite osjećaj za budućnost
  
5. Završetak
  - Sažeci (rezimei)
  - Povratne informacije
  - Sljedeći koraci