

Coaching – den schnelleren Weg wählen

Coaching ist eine individuelle und kontextbezogene Beratung. Dabei werden Probleme, Ziele, Visionen und Ressourcen geklärt, persönliches Feedback gegeben, Bewältigungs- und Umsetzungsstrategien erarbeitet und trainiert.

Im Coaching arbeiten Klient und Coach partnerschaftlich in einem vertraulichen Rahmen zusammen.

Der Klient gewinnt durch die gemeinsame Arbeit an Klarheit und Handlungskompetenz.

Wann ist Coaching für Sie eine hilfreiche Unterstützung?

- Sie beabsichtigen eine persönliche Standortbestimmung vorzunehmen; Sie möchten Visionen konkretisieren und Entwicklungsziele formulieren.
- Sie stecken in einer vertrackten Situation und suchen nach geeigneten Problemlösungs- und Umsetzungsstrategien.
- Sie möchten Ihr Verhalten in spezifischen beruflichen Situationen genauer beleuchten, analysieren und weiter entwickeln.
- Sie haben Klärungsbedarf in schwierigen Entscheidungssituationen.
- Sie möchten Ihren beruflichen Alltag effektiver bewältigen.
- Sie sind neu in einer Führungsposition und wünschen externe Unterstützung „für die ersten 100 Tage“.

Welche Themen sind im Coaching denkbar?

- Vorbereitung auf und aktive Gestaltung eines Positionswechsels
- Verbesserung der Führungsfähigkeit
- Kommunikationsstörungen
- Vorbereitung auf herausfordernde Gespräche
- Umgang mit konkreten Konfliktsituationen
- Selbst- und Zeitmanagement
- Berufliche Anforderungen in Balance bringen mit anderen bedeutsamen Lebensbereichen
- Sinnkrisen und Motivationsverlust, Verlust der inneren Balance



Foto: Blend Images – Fotolia.com

Wir verstehen Coaching als eine professionelle Reflexions- und Entwicklungshilfe mit dem Ziel, individuell zugeschnittene Handlungsalternativen zu entwickeln und sich in seinem Umfeld als souveräner Gestalter zu bewegen.

Im Mittelpunkt stehen Sie als Person, mit Ihren Anliegen. Sie entscheiden darüber, wie tief Sie in den Beratungsprozess einsteigen möchten: ob es Ihnen beispielsweise um ein vertieftes Verstehen von Denk- und Handlungsmustern geht, oder ob Ihnen eine kurze Handlungsempfehlung ausreichend ist.

Die Transparenz unseres methodischen Vorgehens – und damit die Nachvollziehbarkeit des Prozesses – ist uns ganz besonders wichtig.

Anwendung finden beispielsweise lösungsorientierte Fragen, Visualisierungstechniken, Aufstellungen, Anwendungsübungen und Feedback.

Beispiel

Auf der Suche nach Wegen, die aus einer aktuellen Kommunikationsstörung herausführen können, analysieren wir mit Ihnen die „schwierige“ Situation. Da es ja zumeist immer so viele „Wahrheiten wie Beteiligte“ gibt, betrachten wir neben Ihrem Standpunkt auch die mögliche Sichtweise der anderen und auch die Rahmenbedingungen, in denen es zu handeln gilt.

Aus dieser Zusammenschau entwickeln wir eine zielführende Gesprächsführung, können diese einüben und anschließend den Verlauf reflektieren.