



COACHING

Als Coach bin ich deine persönliche Gesprächspartnerin und arbeite personenorientiert und situationsgerecht.

Coaching ist eher beratend, unmittelbar und auf konkrete Situationen ausgerichtet.

Coaching bedeutet analysieren – kommunizieren – inspirieren – motivieren.

Coaching ist richtungsweisend, ausgehend von der Situation, der Lebensphase und der Biografie.

Coaching ist Ermächtigung.

Anlass:

Unzufriedenheit auf der Arbeit und/oder zu Hause, Reorganisation, Entlassung, Krankheit, Reintegration, finanzielle Probleme.

Ziel:

Mehr Befriedigung und besseres Funktionieren zu Hause und im Beruf.

Form:

Einige Treffen mit klarer Zielsetzung; die Anzahl der Sitzungen wird vorher konkret vereinbart.

Für:

UnternehmerInnen, ArbeitgeberInnen und ArbeitnehmerInnen, Führungskräfte, BegleiterInnen, Pflegepersonal, Fachleute, Privatpersonen.

INHALT

- Deine eigene Anschauung und Arbeitsweise entwickeln.
- Deine Position und Richtung bestimmen.
- Blockaden und Krisen auflösen, Stress und Burnout überwinden.
- Formen der Führung abstimmen auf Beruf und Funktion.
- Die treibende Kraft in dir und der Organisation entdecken und entwickeln.
- Einsichten bekommen in Veränderungen von Rollenmustern und Masken, ausgehend von deiner Biografie.
- Kontakt herstellen zu deinen Qualitäten, Träumen, Leidenschaften und deiner Mission.
- Umgehen mit Fallstricken, Schattenseiten und Tabus.
- Kompetenzen entwickeln im Umgang mit Kritik, Schwierigkeiten und Tabus.
- Einen Arbeitsrahmen erstellen mit Feedback und strukturierten Zusammenfassungen.

Aus dir heraus zu lernen und deinem Herzen zuzuhören bedeutet, deine eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Sehnsüchte ernst zu nehmen.