

## Berufliches Einzelcoaching

### *Raum für Perspektivenwechsel*

Einführung	<p>In unserer anspruchsvollen beruflichen Welt braucht es immer mal wieder Raum zur Selbstreflexion und Möglichkeiten, um Perspektivenwechsel vornehmen und sich mit den eigenen Ressourcen auseinandersetzen und verbinden zu können.</p> <p>Einzelcoaching ist Problemlösung und Entwicklung unter vier Augen. Ich begleite und unterstütze Sie als neutrale Gesprächs- und Sparringpartnerin.</p>
Typische Coachingthemen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstehende Führungs- oder generell berufliche Probleme</li> <li>• Übernahme von neuen Aufgaben/Rollen</li> <li>• Lösung von Konflikten</li> <li>• Selbstmanagement</li> </ul> <p><u>Ihr Nutzen</u> Coaching unterstützt Sie beim:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ... überwinden von Hürden</li> <li>• ... klarer sehen/Denken</li> <li>• ... einschlagen anderer Wege</li> <li>• ... Entwickeln neuer Perspektiven</li> <li>• ... Finden von Lösungen</li> </ul>
Ablauf	<p>Coaching ist sehr praxisnah; es beschäftigt sich mit praktischen Umsetzungsstrategien und Handlungsalternativen, die Sie in ihren beruflichen Alltag transferieren. Ganz entsprechend meinem persönlichem Hobby, dem Alpinismus, verstehe ich mich als Ihre persönliche Bergführerin: als Kunde legen Sie fest, Wohin die Wanderung geht und welcher Gipfel bestiegen wird. Ich zeige Ihnen den Weg der manchmal neblig ist und unterstütze Sie wenn es zwischendurch steil wird. Ebenso nehme ich Ihnen etwas von Ihrem oftmals zu schweren Gepäck ab. So kriegen Sie die Zuversicht: "Genau! So schaffe ich es!" - den Gipfel erreichen Sie schliesslich aus eigener Kraft!</p>
Methoden	<p>In der Umsetzung bediene ich mich verschiedener Methoden, insbesondere aus dem systemisch-konstruktivistischen Umfeld. Dabei verläuft der Ablauf in aller Regel wie folgt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Einstieg</li> <li>▪ Situationsschilderung</li> <li>▪ Vom Problem zum Ziel</li> <li>▪ Auftragsgestaltung</li> <li>▪ Lösungsfokussierung</li> <li>▪ Lösungsgestaltung</li> <li>▪ Bildung konkreter Massnahmen</li> <li>▪ Abschluss</li> </ul>
Zielpublikum	<p>Personen aus Profit und Nonprofit-Organisationen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führungskräfte</li> <li>• ExpertInnen in ihrem Fachbereich</li> <li>• ProjektleiterInnen</li> <li>• Selbständig Erwerbende</li> </ul> <p>Mein Spezialgebiet ist das Coaching Berufsangehöriger aus dem <u>Sozial-Gesundheits- und Bildungswesen</u>. Andere Branchen sind aber auch willkommen!</p>
Interessiert?	<p>Nehmen Sie jederzeit mit mir Kontakt auf. In einem ersten und unverbindlichen Gespräch werden die Ausgangslage, Ziele und ein mögliches Vorgehen miteinander besprochen</p>