



Informationsblatt Coaching



Stand: 01/2014

Business-Coaching –Coaching im beruflichen Kontext

Beim Coaching geht es neben den oben genannten Aspekten vor häufig um

- Ziele und Entwicklungsperspektiven
- Das persönliche Change Management
- die Stärkung der Leistungs- und Führungsfähigkeiten
- die Freisetzung von persönlichen Potenzialen
- die Auflösung von Blockaden
- Reflektions- und Klärungsprozesse

Das persönliche Coaching

Im Coaching bringen Sie Ihr individuelles Thema bzw. Ihr Anliegen ein. Meine Rolle ist die des unterstützenden Begleiters in Ihren ganz persönlichen Reflexions- und Veränderungsprozessen.

Coaching verstehe ich als ein kurzfristiges, ziel- und lösungsorientiertes Unterstützungsangebot für Menschen in Entwicklungs- oder Veränderungsprozessen, Konflikten oder Übergangskrisen.

Wir begegnen uns in einer vertrauensvollen Atmosphäre, um Ihr Anliegen lösungs- und zielorientiert zu bearbeiten. Im Mittelpunkt steht Ihr Anliegen, Ihr persönliches Entwicklungsthema.

Ich unterstütze Sie in der Lösungsfindung sowie in der Erarbeitung neuer Perspektiven. Sie werden im Coaching-Prozess neue Ziele und Lösungsstrategien entwickeln. Geführte Selbstreflexion und Perspektivwechsel können Ihnen neue, tragfähigere Handlungsoptionen eröffnen. Wir werden zusammen an der Umwandlung belastender Denk- und Verhaltensmuster und an der Auflösung von Blockaden und Ängsten arbeiten. Gleichzeitig werden wir Ihren Zugang zu Ihren eigenen Ressourcen weiten und Ihr Vertrauen in Ihre Fähigkeiten stärken.

Häufig ist der Wunsch nach Veränderung und Entwicklung der Ausgangspunkt für ein Coaching. Veränderung ist aber ein Thema, das für viele Menschen mit Sorgen und Ängsten behaftet ist. Man betritt neues Gebiet und verlässt seine Komfortzone. Auch wenn man weiß, dass die aktuellen Verhaltensweisen nicht erfolgreich oder sogar schädlich sind, zögert man, den notwendigen Schritt zu tun. Unsicherheit und Angst hindern uns. Oft geht es in Problemsituationen darum, den eingeschränkten Blick zu weiten und Zuversicht und Vertrauen zu entwickeln. Sie arbeiten im Coaching an den Voraussetzungen, eine tragfähige Entscheidung treffen zu können und die nächsten Schritte zu gehen. Ich begleite Sie auf dem Weg der Veränderung.