

## Einzelcoaching: Reflexion bei persönlichen Aufgabenstellungen und Unsicherheiten

- Ausgangssituation
  - Sie stehen vor einer großen, schwierigen Aufgabe? Sie wissen nicht, wie Sie sich entscheiden sollen? Sie haben vielleicht sogar Angst, den nächsten Schritt zu tun, weil es der Falsche sein könnte? Sie schieben eine wichtige, weitreichende Entscheidung schon viel zu lange vor sich her? Sie möchten in Ihrem Leben wirklich etwas verändern? Sie wollen einfach nur erfolgreicher sein und endlich Ihren eigenen Weg finden?
- Coaching als Lösungsansatz
  - Coaching ist Hilfe zur Selbsthilfe. Durch die persönliche Reflexion erweitern Sie Ihre Sichtweise und fassen Mut, sich konsequent auf Ihr Ziel hin zu bewegen und eine nachhaltige Veränderung zu erreichen.
  - Coaching ist eine partnerschaftliche Beziehung zwischen dem Klienten und seinem Coach, um erweiternde Gedanken zu provozieren und in einen kreativen Prozess einzutreten. Der Klient arbeitet mit Begeisterung daran, sein persönliches und berufliches Potenzial voll auszuschöpfen und zu erweitern.
- Inhalte
  - Analyse des konkreten Bedarfs, der Aufgabe mit allen Unwägbarkeiten und Widerständen sowie des Umfelds
  - Ziele, Erwartungen, Inhalte und Grenzen für das Coaching definieren
  - Konzept entwickeln und abstimmen
  - Parameter für die Erfolgskontrolle definieren
  - Einzelcoaching mit kontinuierlicher Bewertung und Verbesserung des Prozesses durchführen
  - Erfolgskontrolle durchführen
- Ihr Nutzen
  - Durch Reflexion Ihrer Situation und meinem Feedback als Coach entstehen eine erweiterte Wahrnehmung und Entscheidungsgrundlage
  - Mit dem Ansatz „Hilfe zur Selbsthilfe“ werden keine Lösungen vorgegeben, sondern die persönliche und soziale Kompetenz weiterentwickelt sowie der Entschluss zum Handeln geweckt
  - Die Bedeutung des Klimas und der Beziehungsebene im Umgang mit anderen Menschen wird erkannt und im Gespräch werden Möglichkeiten entwickelt, Beziehungen zu klären und positiv zu entwickeln
  - Eigene Anteile an Konflikten werden identifiziert und Möglichkeiten des eigenen Handelns abgeleitet
  - Barrieren in der täglichen Arbeit werden verstanden und die Fähigkeit des konstruktiven Umgangs damit weiterentwickelt

Ein wichtiger Schritt für Ihren persönlichen Erfolg: Sie vereinbaren einen Termin mit mir!  
Ich freue mich auf Ihren Anruf.