

COACHING

SITUATION

Die Anforderungen im beruflichen Alltag werden immer komplexer, rasches Aufnehmen und Verarbeiten von Informationen und adäquates und effektives Handeln sind erforderlich. Zielerreichung hängt davon ab, inwieweit man Ziele realistisch gesteckt, seine eigenen Fähigkeiten zur Zielerreichung überprüft hat und im Prozessverlauf Bereitschaft entwickelt, neue Fähigkeiten zu erlernen, einzusetzen und ggf. auch Kursänderungen vorzunehmen. Beim Coaching geht es darum, das Potenzial eines Menschen zu entwickeln, zu entfalten, um seine Leistung und Leistungsfähigkeit zu verbessern. Und es geht darum, seine Zeit, Talente und Energie auf die Erreichung der wichtigsten Ziele im Leben zu fokussieren. Hier kann der Coach ein wertvoller und neutraler Beobachter, Wegbegleiter und Ratgeber sein. Ein Coach gibt Feedback, stellt die richtigen Fragen, hört zu, unterstützt bei der Suche nach besseren Optionen und hilft, sich immer wieder auf die wichtigen Dinge im Leben zu konzentrieren (und nicht von den dringenden Dingen überbeansprucht zu werden).

ZIEL DES TRAININGS

Persönliches Coaching ist für Menschen, die:

- ☞ einen Traum erreichen wollen
- ☞ eine große Herausforderung meistern müssen
- ☞ einen Karrierewechsel planen
- ☞ eine persönliche Ziel- und Entscheidungshilfe suchen
- ☞ eine Selbständigkeit starten
- ☞ ihren wahren Sinn und Zweck im Leben herausfinden wollen
- ☞ ein ausgewogenes, erfolgreiches Leben führen möchten
- ☞ ihre Karriere oder ihr Geschäft auf das nächste Niveau bringen möchten

LERNINHALTE

Beim Einzelcoaching geht es im persönlichen Gespräch darum, Veränderungs- und Selbsterkenntnisprozesse zu ermöglichen und durch erweiterte Selbstwahrnehmung das eigene Verhalten durchschaubar zu machen. Beide Partner arbeiten in einer vertrauensvollen Beziehung an der methodischen Kompetenz im Umgang mit Führungsaufgaben, fachlichen Aufgaben und der individuellen Weiterentwicklung.

METHODIK

Die Coaching-Gespräche basieren auf der Methode des NLP (Neurolinguistisches Programmieren). NLP ist eine psychologische Richtung, die der Erweiterung und Veränderung des Erlebens und Verhaltens dient. Mit effizienten Kurzzeitmethoden werden neue Erfahrungen und Fähigkeiten gewonnen.

ZIELGRUPPE

Menschen, die etwas in ihrem Leben verändern möchten

DAUER

Stundenweise