

ANGEBOT

COACHING

Coaching ist ein immer beliebter werdendes Tool, um die eigene Karriere individuell nach vorne zu bringen. Coaching beschreibt die Hilfe zur Selbsthilfe und zielt auf eine Förderung von Selbstreflexion und -wahrnehmung, Bewusstsein und Verantwortung.

Einzelcoachings zur Findung in einer Führungsrolle haben typischerweise folgende Inhalte:

- Aufbau eines eigenen Rollenverständnisses,
- Definition eigener und fremder Erwartungen an die eigene Person und die Rolle,
- Formulierung eigener Erwartungen an die Mitarbeitenden,
- Priorisierung und Angang der wichtigsten Aufgaben,
- Klärung von Kommunikations- und Informationswegen,
- Vorbereitung anstehender Mitarbeitergespräche oder
- Lösen von Konflikten.

Ebenso denkbar ist ein Coaching für erfahrene Führungskräfte, die

- Ihr Rollenverständnis und ihre Entscheidungen reflektieren wollen,
- Ihre Karriere neu ausrichten möchten,
- Ihren Beruf und ihr Privatleben stärker in Einklang bringen wollen oder
- Konflikte lösen möchten.

Um den Umfang eines Coachings genau zu bemessen, ist ein Auftragsklärungsgespräch unabdingbar. Eine Coachingsitzung dauert ca. 90-120 Minuten. Die Sitzung kann in Präsenz und Online stattfinden.

METHODEN:

- Fragetechniken (u. a. offene Fragen, Zirkuläre Fragen)
- Biografiearbeit
- Tetralemma zur Entscheidungsfindung/-bewertung
- Perspektivwechsel
- Visualisierung
- Brainstorming

ZIELGRUPPE:

- Neue und erfahrene Führungskräfte aller Funktionen

FINANZIELLER AUFWAND:

Inhalt	Zeitlicher Bedarf/Einheit	Kosten
Führungskräfte-Coaching	90-120 Minuten je Coachingsitzung	175,-€

Je nach Anliegen können mehrere Sitzungen sinnvoll sein. Den genauen Umfang legen wir gemeinsam im Auftragsklärungsgespräch fest.

INTERESSE?

Dann schreiben Sie mir eine [Mail](#).