

## **COACHING**

Gezielte Beratung in beruflichen Fragen

Coaching ist der gezielte Beratungsprozesse auf einer individuell vereinbarten vertraglichen Grundlage mit dem Supervisor, Ihnen und/oder Ihrem Arbeitgeber.

### **Was ist Coaching?**

Coaching macht Sie fit für bestimmte anstehende Aufgaben und Situationen die unmittelbar mit Ihrer Rolle zu tun haben, z.B. in der Funktion als Leitung, vor neuen beruflichen Herausforderungen oder beim Berufseinstieg. Mit Coaching verbessern Sie Ihre persönlichen Kompetenzen, die Ihr Fachwissen ergänzen. Sie gewinnen Klarheit und Orientierung, setzen Ihre Zeit und Energien sinnvoll ein und kommen mit problematischen Situationen besser zurecht.

Wie Sie von Supervision und Coaching profitieren:

- Sie gewinnen neue Sichtweisen und kommen zu passgenaue Lösungen.
- Sie erweitern Ihre Kompetenzen im Selbst- und Zeitmanagement.
- Sie erweitern Ihre Kompetenzen in der Selbst- und Fremdwahrnehmung.
- Sie gewinnen mehr Klarheit über Ihre Aufgabenstellung und Struktur Ihrer Arbeit
- Sie erhalten Feed-back von unabhängiger Seite.

Sie finden Lösungen in diesen oder ähnlichen Fragen:

- Wie kann ich besser mit den Menschen umgehen, mit denen oder für die ich arbeite?
- Wie ordne ich Störungen, Konflikte und Krisen besser ein und welche Handlungsstrategien wähle ich?
- Wie kann ich meine Arbeit besser strukturieren, meine Zeit sinnvoller einteilen und besonderen Belastungen effektiver begegnen?
- An welchem Punkt stehe ich in meiner Laufbahn und in meinem derzeitigen Arbeitszusammenhang
- Welche Ressourcen stehen mir zur Verfügung?

Wer nimmt Supervision oder Coaching in Anspruch?

- Menschen, die beruflich viel mit anderen Menschen zu tun haben.
- Einzelne, Gruppen oder Teams in sozialen und pädagogischen Arbeitsfeldern.
- Menschen die im medizinischen und pflegerischen Bereich tätig sind.
- BerufsanfängerInnen, ExistenzgründerInnen und FreiberuflerInnen
- Menschen, die sich beruflich verändern möchten oder vor einer neuen Aufgabe stehen