



Business Coaching

Coaching auf einen Blick:

Rein sachlich bedeutet Coaching: die professionelle Beratung, Begleitung und Unterstützung von Personen. Inhaltlich ist Coaching eine Kombination aus individueller Unterstützung zur Bewältigung verschiedener Anliegen und persönlicher Beratung. Zielsetzung von Coaching ist die Weiterentwicklung von individuellen oder kollektiven Lern- und Leistungsprozessen.

Ziel ist es, grundlegend Verhalten und Einstellung zu optimieren, vornehmlich stehen dabei die Entwicklung und Optimierung von Lern- und Leistungsprozesse im beruflichen Bereich im Vordergrund. Problemanalysen sind maßgeblich, dennoch liegt der Fokus auf einer ressourcenvollen Lösungsorientierung.

Hierzu wird Selbstreflexion und -wahrnehmung, Bewusstsein und Verantwortung gefördert, um Ihre Flexibilisierung und den Ausbau der Handlungsmöglichkeiten zu begünstigen. Mein Ziel ist es, Ihre Autonomie zu stärken, um das Coaching mittelfristig nicht mehr erforderlich zu machen.

Coaching Short View

- Perspektivenwechsel
- Konfliktsituationen
- Erfolgskontrolle
- Feedbackkultur
- Work-life-Balance
- Komplexität managen
- Lebensplanung
- Lösungsfindung
- Motivation
- Neuorientierung
- Ressourcen identifizieren
- Rollenklärung
- Selbstcoaching
- Selbstmanagement
- Überforderung
- Umfeldanalyse
- Entscheidungsfindung
- Barrieren überwinden
- Gesundheitsmanagement