

NEU:
Live Online Coaching

Berufliches Einzelcoaching

Kompetenzen und Möglichkeiten erkennen,
Hindernisse überwinden, Lösungen finden,
Entscheidung treffen, Konflikte lösen

Ihre Online Weiterentwicklung



Berufliches Coaching

Begriffsdefinition

Berufliches Coaching, auch Business Coaching genannt, unterstützt Sie in Ihrer beruflichen Weiterentwicklung. Diese individuelle Form der Beratung konzentriert sich auf Ihre Person im Arbeitskontext.

Ressourcen und Ziele

Fokussiert im Coaching

Mit Ihrem Coach haben Sie einen neutralen Weggefährten und eine Art „critical friend“ an Ihrer Seite. Wir gehen ziel- und ressourcenorientiert vor, damit Sie Antworten auf Ihre Fragen und Lösungen zu Ihren Themen finden.

Dabei hinterfragt Ihr Coach, gibt Impulse und Feedback, regt zur Reflexion an und bietet neue Perspektiven. Wir arbeiten mit Ihren vorhandenen und versteckten Stärken, damit Sie Ihre eigene Lösung und Ihren eigenen Weg finden. Dadurch entdecken Sie Ihre Möglichkeiten und Handlungsalternativen. Kurzum, Sie entwickeln sich weiter.



Alle unsere Coachings
beinhalten praxisnahe
Übungen an realen
Situationen.

Was ist Live Online Coaching?

Live Online Coaching hat viele Namen: Internet Coaching, eCoaching, virtuelles Coaching, Distance Coaching, web Coaching, Cyber Coaching oder mobiles Coaching.

Gemeint ist damit eine persönliche Beratung, die flexibel von zu Hause oder von unterwegs stattfindet. Dabei wird interaktiv per PC, Laptop, Tablet oder Smartphone über eine gesicherte Internetverbindung kommuniziert. Obendrein erfolgt die Anwendung unterschiedlicher Coaching Methoden ausschließlich online.

Vorteile des Online Coachings

So profitieren Sie und Ihr Unternehmen davon

- Weiterentwicklung im direkten Austausch mit dem Coach
- Zeitaufwand und Kosten sind minimiert
- Bequem von zu Hause oder unterwegs
- Höhere Flexibilität
- Anwenderfreundlich mit jedem Endgerät möglich
- Gesund und sicher auf Distanz

Zielgruppe

Das Coaching richtet sich an Mitarbeitende, die sich beruflich weiterentwickeln möchten.

Investment

250,-- EUR/Coaching-Einheit à 60 Minuten

Zeitlicher Rahmen

Der zeitliche Bedarf ist individuell verschieden und wird maßgeblich von dem Tempo mitbestimmt, dass Sie als Coachee vorgeben.

Die Coaching-Termine werden flexibel mit Ihnen abgestimmt.

Voraussetzungen

6 Kriterien für eine erfolgreiche Weiterentwicklung

„Gute Chemie“

Die Voraussetzung für ein erfolgreiches Coaching ist eine gute Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Coach. Oder anders ausgedrückt, die „Chemie“ muss stimmen.

Selbstreflexion

Erstens kommen Sie nur durch die Bereitschaft und Fähigkeit zur Selbstreflexion zu neuen Erkenntnissen. Zweitens eröffnen Ihnen diese wiederum neue Optionen für Ihr Handeln und berufliches Wirken.

Professionalität

Um Menschen zu coachen, reichen Berufs- und Lebenserfahrung nicht aus. Als professionelle Coaches bringen wir überdies betriebswirtschaftliche, systemische, tiefenpsychologische und neurowissenschaftliche Kenntnisse mit.

Ganzheitlichkeit

Sie stehen als ganzer Mensch im Mittelpunkt des Coachings. Dazu gehört nicht nur Ihre berufliche, sondern auch Ihre private Persönlichkeit.

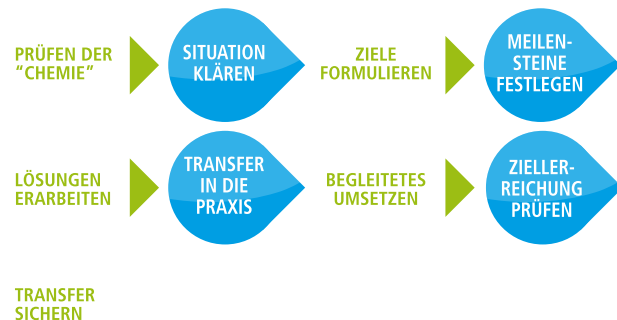
Transparenz

Was passiert, das haben Sie jederzeit in der Hand. Außerdem können sich sicher sein, dass das Coaching ohne Manipulationsversuche erfolgt.

Offenheit und Vertrauen

Durch unsere Rolle als externer Coach ist von vornherein die notwendige Distanz zum Arbeitgeber vorhanden. Zudem sind Vertraulichkeit und gegenseitige Wertschätzung oberstes Gebot. Damit können Sie offen sprechen, auch über für Sie „heikle“ Punkte.

Coaching-Ablauf



Mögliche Inhalte

- Abbau von Leistungs-, Kreativitäts- und Motivations-blockaden, z. B. „Innere Kündigung“
- Allgemeine Erweiterung des Verhaltensrepertoires, insbesondere die Flexibilisierung von routinebedingtem Standardverhalten
- Berufliche Ziele erkennen, entwickeln und verfolgen
- Entscheidungen zwischen beruflichen Alternativen treffen
- Gleichgewicht von Beruf und Privatleben erreichen (work-life-balance)
- Kommunikationsfähigkeit mit Kollegen, Vorgesetzten, Mitarbeitern oder Kunden ausbauen
- Macht, Status, Position und Rollenerwartung
- Fähigkeiten und Kompetenzen bewusst machen und stärken
- Negativem Stress vorbeugen oder diesen reduzieren
- Reflexion von Veränderungswünschen und die ersten Schritte dorthin
- Rückmeldung über das eigene Verhalten
- Selbstbild vs. Fremdbild
- Unterstützung bei akuten Konflikten, z. B. bei Beziehungskonflikten mit anderen Personen
- Verbesserung der sozialen Kompetenzen, der Management- oder Führungs-Kompetenzen
- Vorbereitung auf neue Aufgaben und Situationen
- Zufriedenheit und Motivation

Methodeneinsatz

Folgende Methoden und Techniken können zum Einsatz kommen:

- Arbeit mit Symbolen
- Fragetechniken
- Humor
- Kompetenzprofil
- Reflecting Team
- Reframing
- Rollenanalysen
- Systemvisualisierungen
- Szenarioübungen
- Werte-Hierarchie
- Zielklärungsmethoden
- u. v. m.

Gemeinsam Zukunft online gestalten.

Unser Motto: Arbeiten, lernen und üben Sie
in lockerer und vertrauensvoller Atmosphäre.
Es darf nicht nur gelacht werden – es soll
dabei gelacht werden. Entwickeln Sie mit Spaß
und Freude Ihre Fähig- und Fertigkeiten.



SEMPER AVANTI
LIEKWEGER STRASSE 108
31688 NIENSTÄDT

TELEFON +49 5724 3990090
FAX +49 5724 399732
MOBIL +49 175 5978052

VOLKER BÖHNING
INFO@SEMPERAVANTI.DE
WWW.SEMPERAVANTI.DE



**Dieses Coaching wird
durchgeführt von:**

Mechthild Horstrup

© Alle Urheber- und Nutzungsrechte liegen bei SEMPER AVANTI.
Die Vervielfältigung ohne Einverständnis ist untersagt.