

Einzelcoaching für Führungskräfte

Sie kommen zu mir als Führungskraft, weil Sie Ihren Job exzellent machen wollen. Sie stehen vor einer Herausforderung und wünschen sich Beratung und die Möglichkeit zur Selbstreflexion. Sie suchen eine kompetente Sparringspartnerin, der sie vertrauen können. Sie wollen Blockaden lösen, nachhaltige Lösungen entwickeln, mehr über sich erfahren.

Business Coaching ist ein ganz persönlicher Beratungs- und Entdeckungsprozess. Die Themen sind vielfältig, aber typischerweise geht es um

- Strategien für herausfordernde Führungssituationen, z. B. Konflikte mit Mitarbeitern
- Sich überzeugend positionieren und wirken in der Organisation
- Veränderungen initiieren und umsetzen
- Gesunde Energiebalance finden
- Karriereziele erkennen

Als Coach biete ich Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe. Ich Sorge dafür, Klarheit in Ihr Anliegen zu bringen, den Überblick zu wahren und Ihnen neue Blickwinkel zu eröffnen. Vom "Aha" Effekt ist es dann nicht mehr weit zur Entstehung Ihrer eigenen Lösungsideen. Deren Umsetzung können Sie schrittweise ausprobieren, gemeinsam mit mir reflektieren und immer wieder anpassen. Wir schauen darauf, wie Sie Ihre Stärken und Ressourcen gezielt einsetzen können.

Vertrauen und Ihr Wille zur Veränderung sind das Fundament für unsere erfolgreiche Zusammenarbeit. Gutes Coaching soll weiteres Coaching überflüssig machen. Daher arbeiten wir zielorientiert und zeitlich begrenzt. Meine Arbeit ist systemisch geprägt, aber immer ideologiefrei und folgt Ihren individuellen Bedürfnissen.

Das können Sie erwarten

- ✓ Ich bin eine gute ZuhörerIn und denke lösungsorientiert.
- ✓ Sie erhalten ein wertschätzendes aber ehrliches Feedback.
- ✓ Mir geht es um eine echte, vertrauensvolle Zusammenarbeit und um Ihr individuelles Anliegen. Daher gibt es keinen "Methodenzauber". Dort wo es sinnvoll ist, schöpfe ich aus einem gut gefüllten Vorrat an Modellen und Werkzeugen z. B. Aus den Bereichen der Neurowissenschaft, positive Psychologie, Achtsamkeitsforschung, emotionale Intelligenz oder der Wertearbeit.
- ✓ Alles darf sein. Sie können in einem geschützten Raum offen über alle möglichen Optionen diskutieren und diese ggf. auch ausprobieren.
- ✓ Ich verfolge einen hohen Anspruch an Beratungsqualität und Professionalität. Daher bilde ich mich regelmäßig fort. Zudem arbeite ich nach den Qualitätsrichtlinien des DBVC (Deutscher Bundesverband Coaching e. V.).

So läuft es ab

Start

In einem ersten kostenlosen Gespräch oder Telefonat lernen wir uns kennen und klären unsere Erwartungen. Anschließend oder ggf. nach der ersten Coachingsitzung treffen wir eine Vereinbarung über die Zielsetzung und den Umfang Ihres Coaching-Bedarfs.

Prozess

Nach der Klärung des Auftrags arbeiten wir am Situationsverständnis und an den Lösungsoptionen, bis das Coachingziel erreicht ist. Ein wesentlicher Teil des Coachingprozesses findet zwischen den Sitzungen im Alltag statt: Ihre eigenverantwortliche Durchführung vereinbarter Schritte.

Schluss

Am Ende des Coachings findet eine Bewertung mit Blick auf die Ziele, Messkriterien und den Coaching-Prozess statt. Beide Gesprächspartner können jederzeit das Coaching vorzeitig beenden. Im Falle eines vorzeitigen Abbruchs des Coaching-Prozesses findet ein abschließendes Treffen oder Telefonat statt.

Dauer

Eine Coachingsitzung dauert durchschnittlich ein bis zwei Stunden, ist jedoch individuell abhängig. Je nach Anlass dauert ein Coachingprozess zwei bis sechs Termine. Zwischen den Coachingtreffen sind einige Wochen Pause sinnvoll.

Ort

Coaching kann grundsätzlich überall stattfinden. Um Perspektiven zu wechseln und die Kreativität anzuregen, kann eine Sitzung in der freien Natur, einem Cafe oder einem Museum zweckdienlich sein. Es kann jedoch auch ein Coaching- oder Besprechungsraum genutzt werden.

Preis

Ich rechne meinen Aufwand auf Zeitbasis ab. Den Preis pro Stunde nenne ich Ihnen gerne auf Anfrage.