



Beispiele für Coaching-Anliegen

1. Berufliche Situationen

- Veränderungen und Konflikte am Arbeitsplatz
- Managementqualifikation
- Führungsqualifikation, -prinzipien, -methoden und -instrumente
- Team-Arbeit, Teamaufbau und -Organisation
- Umgang mit Mitarbeitern, Konfliktlösung
- Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten
- Veränderung organisatorischer Prozesse und Abläufe
- Problemlösung
- Zeitmanagement
- Berufs- und Karriereplanung
- Profilierung im Job
- Verbesserung der Work-Life-Balance, Überforderung
- ...

2. Persönliche Weiterentwicklung

- Verhaltensänderungen, „Blinde Flecken“ erhellen
- Visionen und Ziele finden, formulieren und erreichen bzw. umsetzen
- Wertearbeit, Erhöhung der Motivation
- Verhaltensmuster, Glaubenssätze, innere Blockaden und Ängste
- Entspannungstechniken
- Verbesserung der Fähigkeiten zur Selbststeuerung, Selbstmanagement
- Stressmanagement
- Erhöhung der Selbstwahrnehmung und Selbsterkenntnis, Feedback
- Aktivierung und Erweiterung von Ressourcen
- Erweiterung des Blickwinkels und des Handlungsspielraums
- Erarbeitung konkreter Bewältigungs- und Umsetzungsstrategien
- Übernahme von (Selbst-) Verantwortung
- Steigerung von Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit
- ...

3. Unsicherheiten und Zweifel

- ... beim Umgang mit neuen Erfahrungen und deren Verarbeitung
- ... in akuten Krisen oder belastenden Situationen
- ... beim Treffen von Entscheidungen
- ...