

Coaching

Themen und Anlässe für Coaching

Coaching bedeutet positive Manipulation ebenso wie das Aussprechen unliebsamer Dinge. Coaching kann Training unterstützen, zur Nachbearbeitung dienen oder aber auch völlig losgelöst stattfinden.

Einige Anlässe: Persönliche Weiterentwicklung und Potential Diagnostik
verschiedene Problemlösungen im beruflichen Rahmen
Führungsfragen, Stärkung von Führungskompetenzen
Optimierung der Kommunikations- und Präsentationsfähigkeit
Optimierung des Entscheidungs- und Konfliktmanagements
Veränderungsprozesse (Ausstieg, Wechsel, Neuanfang)
Selbst- und Zeitmanagement
Leistungsoptimierung und Motivation
Stressbewältigung
Entscheidungsfindung
Krisenbewältigung

Mögliche Inhalte und Methoden: Je nach Themen und Coachee können diverse Methoden zum Einsatz kommen, hier nur einige Beispiele:

- Aufstellungsvarianten
- Definition von Zielen durch einen Ist-Soll-Abgleich
- Eigenreflexion und Dokumentation von Situationen
- Entspannungstechniken
- Erstellung von Persönlichkeitsprofilen
- kognitive Umstrukturierung
- Kommunikationstools
- konstruktive Feedbacktechniken
- Kreativitätstechniken
- Magic Word
- Motivationstechniken
- NLP
- Potentialanalysen
- Psychodrama
- Selbstbeobachtungstechniken und Hausaufgaben
- Stellungenbezug
- strukturierte Analyse
- systemische Methoden und Beratungstechniken
- Training on the Job bzw. im Alltag
- vorbereitendes Durchspielen von (Problem-) Situationen
- WingWave

Dauer: Individuell