

Einzel Coaching als Hilfe zur Selbsthilfe!

Ziel- und lösungsgerichtetes Coaching generiert neue Perspektiven und Anregungen zur Erreichung von Zielen - sowohl im Privatleben als auch im Beruf!

Coaching ist eine freie, gewünschte und tragfähige Beratungsform. Sie stellt ein begeistertes Erwecken HIN ZU etwas anstelle WEG VON etwas dar!
Coaching ist individuell. Der Coach liefert keine Lösungsvorschläge, sondern begleitet den Coachee in seiner Entwicklung und regt dabei an, wie eigene Lösungen entwickelt werden können. Der Coach und der Coachee arbeiten stets auf gleicher Augenhöhe miteinander.

Coaching setzt eine Haltung voraus, die den Menschen mit all seinen Fähigkeiten und Facetten wahrnimmt und in den Mittelpunkt stellt. Sehr wichtig ist die Bereitschaft des Coachee, sich mit der eigenen Person kritisch auseinanderzusetzen. Hierbei ist es auch wichtig, definierte Grenzen zu verlassen und neue Perspektiven zu betrachten.
„Wer nicht vom Weg abkommt, bleibt auf der Strecke!“

Coaching zielt auf eine Förderung von Selbstreflexion und -wahrnehmung, Bewusstsein und Verantwortung, um so Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

Ziele von **Einzel Coaching** sind:

- Den Coachee zu eigenen Lösungen zu führen
- Den Coachee seiner Einsichten gewahr werden lassen
- Den Coachee zu neuen Denkperspektiven und Handlungsweisen zu führen
- Dem Coachee Hilfe zur Selbsthilfe zu geben

Themen für **Einzel Coaching** sind:

- Berufliche Neuorientierung
- Unterbrechen von Routinen
- Stärkung und Optimierung von Bereichen
- Ressourcen erwecken - Talente finden - Fähigkeiten erarbeiten
- Standortbestimmung (Privat/Beruf)
- Sinnfindung in Krisen
- Entwicklung und Implementation von Leitlinien

Möchten Sie mich kennen lernen und erfahren, wie auch Sie für Ihr Leben die zukünftigen Herausforderungen meistern können? Rufen Sie mich unverbindlich an!

Ihr Coach & Unternehmens-Entwickler
Udo Wuchner