

Einzelcoaching

Im Einzelcoaching durchleuchten wir gemeinsam Ihr Anliegen und die Hintergründe. Mit meiner Unterstützung nehmen Sie eine neue Perspektive ein und finden eigene, passgenaue Lösungen.



für alle
Erwachsenen



beruflich oder privat



analog oder online

Vor dem Coaching

- Berufliche oder private Krise, Selbstzweifel
- Unsicherheit bei beruflicher Orientierung
- (drohende) Arbeitslosigkeit
- Konflikte in der Führungsposition

Nach dem Coaching

- klare Strategien zur Konfliktbewältigung
- persönliche Zufriedenheit
- berufliche und private Ziel- und Rollenklarheit
- verbessertes Stress- und Zeitmanagement



Paarcoaching

In jeder Beziehung gibt es Höhen und Tiefen. Der Alltag fordert uns stark und manchmal kommen zusätzlich belastende Faktoren hinzu. Wenn das Miteinander ein Gegeneinander wird, ist es an der Zeit, an der Beziehung zu arbeiten.



für alle Paare



Konfliktmanagement



Kommunikations-
strategien

Vor dem Coaching

- Kommunikationsprobleme
- Vertrauensverlust
- fehlende Nähe und Gemeinsamkeiten
- hohe Alltagsbelastung

Nach dem Coaching

- Strategien zur respektvollen Konfliktlösung
- stärkere Bindung
- mehr Vertrauen
- gemeinsame Ziele und Werte

Teamcoaching



Ziel eines Teamcoachings ist die Optimierung des Potentials. Konflikte sind energieraubend und führen zu Unzufriedenheit. Wir erarbeiten klare Strukturen und gemeinsame Ziele für eine motivierte und effiziente Zusammenarbeit.



für Teams jeder
Unternehmensgröße



DGfC-zertifiziert



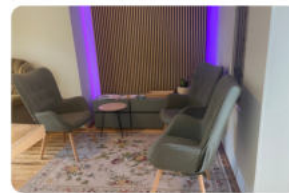
individuelles
Raumangebot

Vor dem Coaching

- strukturelle Herausforderungen
- Konflikte im Team
- Veränderungsprozesse
- Personalentwicklungsbedarf

Nach dem Coaching

- klare Strukturen und Planungssicherheit
- gemeinsame Ziele
- effektive Teamarbeit
- wertschätzende Kommunikation



Trennungsmediation

In Trennungssituationen müssen etliche Entscheidungen in kürzester Zeit getroffen werden. Der Druck ist enorm, wenn Kommunikation aufgrund der emotionalen Verletzungen und des Vertrauensverlustes nicht mehr gelingt.



für Paare in Trennung



unparteiische
Begleitung



außergerichtliche
Absprachen

Vor dem Coaching

- ungeklärte Finanz- und Wohnsituation
- dringender Klärungsbedarf bei Elternschaft
- Kommunikation stark konfliktbehaftet
- Alltagsabsprachen gelingen nicht

Nach dem Coaching

- verbindliche Absprachen
- wertschätzende Kommunikation
- klare Finanz- und Wohnmodelle
- erfolgreiche Co-Elternschaft nach der Trennung