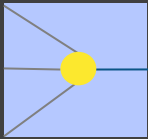


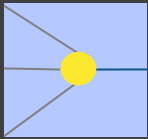
Coaching

Unter Coaching verstehe ich die Begleitung von Menschen, die **allein**, als **Paar** oder als **Team**, interessiert sind etwas über sich zu erfahren. Um etwas über sich zu erfahren, muss man sich äußern und nach außen treten, man muss sich aussetzen.



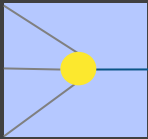
Einzel

Coaching findet auf verschiedenen Ebenen mit unterschiedlichen Methoden statt. Ihr **persönliches Potential herausfinden**, mit Blick in die Biografie Ihre **Ressourcen entdecken**, entsprechend Ihrem Wesen und Charakter, um in Zeiten der Übergänge und Umbrüche den Leitstern wieder zu finden, um selbstbestimmt und frei am Ruder zu sitzen.



Team

Team statt Arbeitsgruppe! Im Team sind die Beziehungen untereinander geklärt. Es entsteht eine **feste Basis** mit einer wesentlich **tieferen Beziehungsebene**, auf der Arbeitsprozesse, Innovationen, Krisen und das Tagesgeschäft zielorientierter, effektiver, und mit mehr Freude, gesünder, gestaltet werden.



Paar

Im Paarcoaching entwickeln Paare einen **gemeinsam** Raum aus ihrem jeweiligen **Eigenen**. Dabei braucht es Mut sich zu öffnen und das gegenseitige Vertrauen, dass diese Offenheit nicht missbraucht, sondern erwidert wird. Erinnern an und Kontaktaufnahme zum eigenen Leben mit seinen Bedürfnissen, Bedürftigkeiten und Aufgaben wird **jeder** wieder sich selbst und spannend für die Partner/in.