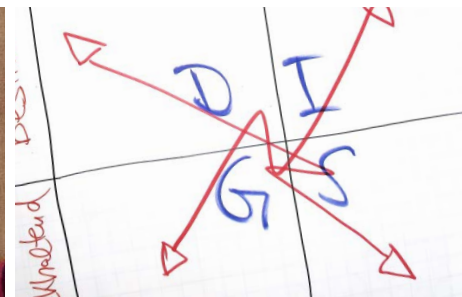
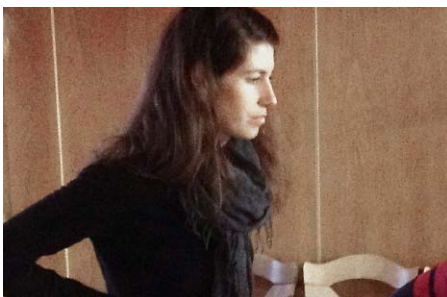


ERFOLGSGESCHICHTE POENZIALERKENNUNGS- COACHING



VALENTINA RÖSCHLI, WERBEFACHFRAU, ZÜRICH



Ich möchte mich noch ganz herzlich bedanken für die 3 super Sitzungen mit dir. Ich habe ein paar ganz wichtige Erkenntnisse gewonnen, mit denen ich meinen Weg in Zukunft klarer und selbstbestimmter einschlagen kann. Auch die Gespräche über meinen alten Arbeitgeber waren wichtig für mich, weil du als Aussenstehender die Dinge nochmals aus einer anderen Perspektive siehst. Ich bin noch nicht am Ziel, und das ist man wohl nie, aber ich werde mich auf der Reise auch nochmals mit allem auseinandersetzen. Ganz herzlichen Dank für alles!

Valentina Röschi, Werbetexterin, Zürich

EDEN

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

LEADERSHIP TEAM PERSÖNLICHKEIT

INHALTE DES COACHINGS

Klarheit zur persönlichen Vision, Prioritäten setzen, Planen von Entscheidungen, Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement, Stress bewältigen und Selbstwirksamkeit - mündete in das Hauptthema: Selbstführung

Selbstführungscompetenz ist Voraussetzung für gute Führungsarbeit. Der Coaching-Prozess hilft Ihnen, Ihre Selbstreflexion, Ihre Wahrnehmung und Ihr Bewusstsein gezielt zu trainieren. Diese Fähigkeiten führen zu höherer Führungs- und Sozialkompetenz. Sie arbeiten effizienter und effektiver und optimieren Ihre Kommunikation und Ihre Beziehungen zu anderen. Daraus resultieren Erfolg und Zufriedenheit im beruflichen als auch im privaten Leben.

ABLAUF UND VORGEHENSWEISE

SESSION 1 - ZUM THEMA PERSON

- ▶ Wo komme ich her? Biographie Arbeit
- ▶ Die persönliche Lebensgeschichte aufschlüsseln
- ▶ Eine Standortbestimmung vornehmen: Wo stehe ich aktuell?
- ▶ Sich selbst und andere besser verstehen lernen
- ▶ Persönlichkeit und Potenzial (DISG-Persönlichkeitsprofil, Werte-Workshop und Fähigkeitsprofil)

SESSION 2 - ZUM THEMA VISION

- ▶ Wohin will ich in den nächsten Jahren?
- ▶ Visionsworkshop: Wünsche, Träume, Ziele, Leidenschaften
- ▶ Mögliche Szenarien für den nächsten Job: Eine Wunsch Arbeitsstelle visualisieren
- ▶ Lebensziele abstecken und Perspektiven erkennen

SESSION 3 - ZUM THEMA NAVIGATION

- ▶ Potenzialposter und Zukunftsbild aufeinander abstimmen
- ▶ Lebensplanung - Strategien zur Umsetzung entwickeln und sich selbst führen lernen
- ▶ Die Suche für den passenden Job aktiv gestalten: Massnahmenplan erstellen
- ▶ Bewerbung, Unterlagen, Vorbereitung auf die anstehenden Gespräche

ECKDATEN ZUM COACHING

COACHEE

- ▶ Texterin, Redakteurin
- ▶ Entwicklungswunsch: Klarheit für die nächsten Schritte und Vorbereitung wichtiger Entscheidungen
- ▶ Wo sehe ich mich selbst in den nächsten Jahren
- ▶ Wo möchte ich meine Kreativität entfalten

METHODIK

- ▶ Interaktive Impulse
- ▶ Biographie Arbeit
- ▶ Berganalogie als Lebensweg
- ▶ Rucksack als Lebensanalogie: was trage ich (un)nötiges
- ▶ Einzelarbeit zur Selbstreflexion
- ▶ Gemeinsame Auswertungen

LEISTUNGEN

- ▶ Potenzial Workbook
- ▶ Vorbereitungsaufgaben per E-Mail
- ▶ Individuelle Konzeption und Organisation der Bergtour in Flums
- ▶ telefonische Nachverfolgungsgespräche zur Umsetzung