

## Systemisch-lösungsorientiertes Coaching

### Ein Angebot für Einzelpersonen, Gruppen und Teams, die ...

- ... Lösungswege für eine schwierige Situation suchen.
- ... vor Entscheidungen stehen.
- ... merken, dass eine Veränderung ansteht oder notwendig wird.
- ... das Bedürfnis haben, etwas zu ordnen oder neu zu bewerten.
- ... einen Sachverhalt oder ein komplexes Anliegen aus einem anderen Blickwinkel betrachten wollen.

### Was ist systemisch-lösungsorientiertes Coaching?

Systemisch-lösungsorientiertes Coaching ist ein effizienter Beratungsansatz zur erfolgreichen Bearbeitung unterschiedlichster Anliegen und eignet sich sehr gut als Begleitung für Veränderungsprozesse in Beruf und Alltag.

Die Lösungsorientierung beschäftigt sich massgeblich mit Kompetenzen, Stärken, Zielen und nutzbringenden Fähigkeiten.

Die systemische Arbeit besteht darin, sich mit seinem Umfeld und dessen Mustern und Regeln auseinanderzusetzen.

### Systemisch-lösungsorientierte Vorgehensweise

Mittels gezielter Fragen und Methoden begleite ich Sie durch den Prozess der Situationsklärung, Zieldefinition und Lösungsfindung.

Sie haben die Gelegenheit, die relevanten Aspekte Ihres Anliegens umfassend und zielgerichtet zu betrachten, zu ordnen und zu bearbeiten.

### Ablauf

- Unverbindliches Erstgespräch
- Verbindliche Vereinbarung von Rahmenbedingungen, Zusammenarbeit und Kosten
- Sitzungsdauer je nach Thema und Intensität 60 bis 180 Minuten
- Sie entscheiden, wann der Prozess für Sie abgeschlossen ist

### Coaching eignet sich in folgenden Situationen

- Persönliche Standortbestimmung  
*Innehalten und schauen, wo Sie stehen und wo Sie hin wollen.*
- Situationen besser verstehen und erfolgreicher meistern  
*Berufs- oder Alltagssituationen aus verschiedenen Perspektiven betrachten und beurteilen. Vor- und Nachteile abwägen und Lösungsvarianten erarbeiten.*
- Erwartungen und Rollen klären  
*Klarheit über Erwartungen und Rollen gewinnen.*
- Visionen entwickeln  
*Sich Gedanken über die private und berufliche Zukunft machen, Visionen entwickeln und realistisch einschätzen, konkrete Ziele definieren.*
- Entscheidungen treffen  
*Verschiedene Alternativen einander gegenüberstellen und gewichten.*

### Interesse?

Nehmen Sie unverbindlich Kontakt mit mir auf. Sehr gern gebe ich Ihnen weitere Auskünfte und berate Sie.