

Coaching

Prozessbegleiter für gute Lösungen



Coaching basiert auf der Grundannahme, dass die Klientin, der Klient selbst am besten weiß, was gut für ihn ist. Sie ist also Expertin für ihr eigenes Leben und weiß, was für Veränderungen nötig ist. *Tief im Inneren!* Der Coach ist ein Wegbegleiter*in, der den Prozess zur inneren Klarheit im Sinne der Ziele hinterfragt und den Coachee dazu anregen möchte, eigene Lösungswege zu entwickeln.

ZIELGRUPPE

Sie sind Fach- oder Führungskraft und möchten über ein Einzel- oder Gruppen-Coaching Situationen beleuchten, Veränderungen erarbeiten und Lösungsideen entwickeln. Oder Sie haben ganz konkrete Aufgaben vor der Brust und wünschen sich einen Sparringspartner*in, die Sie bei der Lösungsfindung fragend unterstützt.

ÜBERBLICK

Ob Einzel- oder Team-Coaching: die Anlässe für eine Prozessbegleitung sind mannigfaltig. Häufig werden Coachings im Rahmen der Persönlichkeitsentwicklung eingesetzt, aber auch in Teams, wenn es zum Beispiel um Misstimmungen und Konflikte geht.



**DIESES TRAINING WIRD
ALS PRÄSENZ- UND ONLINE-
TRAINING ANGEBOTEN.**

www.debkonplus.de | kontakt@debkonplus.de
Hanns-Martin-Schleyer-Straße 34 • Haus 1 • D-47877 Willich
Tel. +49 (0) 2154 816 95-60

LinkedIn

XING

Coaching

Prozessbegleiter für gute Lösungen



SCHWERPUNKTE

Die Schwerpunkte im Coaching bestimmen Sie selbst. Der Coach steht Ihnen als Prozessbegleiter*in zur Seite, damit Sie sich mit dieser Unterstützung Klarheit verschaffen und Lösungsideen entwickeln.

IHR NUTZEN

- Individuell, persönlich und vertraulich
- Konkret, transparent, hoher Praxisnutzen
- Lösungs- und Ressourcenorientiert
- Einzeln oder in Gruppen anwendbar

COACHING-EINSATZGEBIETE

COACHINGS sind vielfältig einsetzbar. Schauen Sie sich einfach die Themenwünsche unserer Kunden*innen in Ruhe an. Fehlt Ihnen etwas? Bitte melden Sie sich bei uns.

- Achtsamkeit einüben
- Aktives Zuhören
- Berufswünsche klären
- Denkflexibilität erhöhen
- Distanz zum Problem gewinnen
- Durchblick bei komplexen Situationen
- Emotionen besser managen
- Entscheidungen treffen
- Feedback geben
- Gehirntraining – jung im Kopf
- Gewohnheiten nutzen

- Glaubenssätze bearbeiten
- Grenzen setzen
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Ideen strukturieren
- Kommunikationsmöglichkeiten verbessern
- Konflikte im Team
- Konflikte lösen
- Kritikgespräche führen
- Lösungswege finden
- Mobbing bearbeiten
- „Nein“-Sagen können
- Perspektivenwechsel
- Positives Sprechen
- Reflexion der eigenen Situation
- Ressourcen aktivieren
- Rollenmuster verändern
- Stresserzeugende Situationen verändern
- Stressoren aufspüren
- Stärken-/Schwächen-Analyse
- Standpunkt und Meinung überzeugend vertreten
- Teamgeist stärken
- Überbelastung/Burnout
- Übergänge bewältigen
- Verhaltensmuster verändern/unterbrechen
- Vom Kollegen zur Führungskraft
- Wesentliches von Unwesentlichem trennen
- Zeitmanagement
- Ziele finden und definieren
- Ziele umsetzen
- Zwischenmenschliche Beziehungen verbessern

Offene Trainings in Deutschland: Aachen · Augsburg · Berlin · Bielefeld · Bochum · Bonn · Darmstadt · Dresden · Düsseldorf · Essen · Frankfurt am Main · Freiburg · Hamburg · Hannover · Heilbronn · Ingolstadt · Kaiserslautern · Karlsruhe · Kassel · Kiel · Köln · Leipzig · Mainz · Mannheim · Mönchengladbach · München · Münster · Nürnberg · Offenbach am Main · Regensburg · Stuttgart · Ulm · Weil am Rhein · Wiesbaden · Wuppertal · Würzburg

Niederlande: Amsterdam **Österreich:** Graz · Linz · Salzburg · Wien **Schweiz:** Bern · Zürich

www.debkonplus.de | kontakt@debkonplus.de

Hanns-Martin-Schleyer-Straße 34 · Haus 1 · D-47877 Willich

Tel. +49 (0) 2154 816 95-60

LinkedIn

XING