

Coaching

Ausgangssituation

Die Zeit für Veränderungen ist gekommen. Dies bringt Verunsicherungen über die Zukunftsperspektiven und konkrete Veränderungen in vielen Bereichen mit sich: Aufgabenfelder werden neu definiert, Anforderungen an Mitarbeiter verschärft, Erfolgsdruck von oben nach unten weitergegeben u.a.m. Dies führt zu massiven Belastungen des Einzelnen. Dabei wird die Notwendigkeit von Veränderungen nicht abgelehnt, die Frage lautet jedoch: Wie schaffe ich es, unter dem bestehenden Druck das Mehr an Aufgaben erfolgreich zu bewältigen? Wie gewinne ich die innere Bereitschaft, auch am eigenen Erleben und Verhalten nach Möglichkeiten der Veränderung und Optimierung zu suchen, damit Arbeit weiterhin zu greifbaren Resultaten führt. An dieser Fragestellung wird erkennbar, dass „Ent-Wicklung“ auch das Lösen von inneren Verstrickungen in hinderliche Einstellungen, Ängste oder Wertvorstellungen des Einzelnen beinhaltet. Hierzu kann externe Unterstützung extrem wertvolle Dienste leisten. Seminare können meist nicht speziell für Person, Situation und Aufgabe Lösungsansätze vermitteln, zudem sind in Gruppen sehr persönliche Aspekte nicht leicht anzusprechen. Das Psychologische Einzel-Coaching ist hier das Mittel der Wahl: Der Klient spricht zentrale Bereiche offen an und erfährt Unterstützung durch einen erfahrenen Diplom-Psychologen im Sinne eines Sparringspartners. Er erarbeitet mit diesem konkrete Maßnahmen, die einen Maximum an Veränderung und Verbesserung im Hinblick auf die jeweiligen Ziele erlauben. Anlässe und Zielsetzungen

Diese sind so unterschiedlich wie die Klienten selbst. Im Einzel-Coaching kann jeder Klient bei der Erreichung seiner Ziele auf flexible Weise begleitet werden. Nutzbringend ist Einzel-Coaching, wenn anzustreben ist, dass

- Ergebnisse von Arbeit greifbarer, qualitativ und quantitativ zufrieden stellender werden,
 - Führungsaufgaben wirkungsvoller wahrgenommen und Unternehmensziele erreicht werden,
 - Sie Ihre Ergebnisse überzeugender darstellen und professionelles Selbstmarketing betreiben wollen,
 - Sie selbstsicherer, souveräner auftreten und handeln wollen,
 - Sie für Ihre Gesundheit und Erhaltung der Arbeitskraft tun und Zeit für Familie, Freunde und Freizeit brauchen.
- Was ist psychologisches Einzel-Coaching?

Wir verstehen darunter eine strategiegeleitete Verhaltensoptimierung unter professioneller Begleitung. Coaching präzisiert Wahrnehmung und Bewertungen und erweitert das Verhaltensrepertoire, klärt grundlegende Einstellungen und überdauernde Ziele, erweitert aber auch das Rüstzeug an Methoden und Arbeitstechniken, die für die spezielle Situation, aber auch für die Person des Klienten besonders geeignet und wirksam sind. Coaching hat das definierte Ziel, die eigene Leistungsfähigkeit zu stärken und zu erweitern – unter einer ganzheitlichen Betrachtungsweise, die die unternehmensinternen und organisatorischen Bedingungen ebenso beachtet wie persönlichen Voraussetzungen. Dabei werden die Interessen, Bedürfnisse und Ziele unserer Klienten abgestimmt mit den jeweiligen strategischen Zielen des Unternehmens und den Anforderungen der aktuellen Aufgaben und Belastungen. Wir begleiten ausschließlich Klienten, die keine psychischen Störungen von Krankheitswert aufweisen. Begleitende Dokumentation: Die Coaching-Begleit-Bücher der Akademie SIRALON

Die Akademie SIRALON hat eine Buch-Reihe zum Coaching veröffentlicht: Band 1 klärt Philosophie und Prozedere des Coachings, Band 2 stellt ein „Logbuch“ für Klienten dar, in dem „Reflexionen und Resultate“ dokumentiert werden. Band 3 beschreibt eine besondere Methode, um „Multi-Tasking“ zu meistern: Die Strategische Stunde. Band 4 stellt besondere Methoden und Maßnahmen zur Stressbewältigung und Burn-out-Prophylaxe zusammen. Zielgruppe

- Unternehmer, Geschäftsführer und Führungskräfte, die die Effizienz ihrer Arbeit steigern möchten, ohne Schäden für Gesundheit und Familie in Kauf nehmen zu müssen,
- Führungskräfte und Mitarbeiter im Vertriebsbereich, die den Umsatz steigern wollen,
- Führungskräfte und Mitarbeiter in der Projektarbeit, die überzeugende Resultate erzielen wollen,
- Personen, die Reden oder Präsentationen erarbeiten und ihr Lampenfieber verringern möchten,
- Personen, die die Wirksamkeit ihrer Arbeit verbessern und/oder ihre Leistungsfähigkeit steigern möchten.

Ablauf
Nach einer Auftragsklärung mit dem Vorgesetzten finden Sitzungen zu 1,5 bis 2 Stunden im Abstand von 2 bis 3 Wochen statt. Wird eine Rede oder eine Unternehmensstrategie erarbeitet, bieten wir wöchentliche Sitzungen an. Abhängig von den Coaching-Zielen sind 8 bis 12 Sitzungen erforderlich. Auf Wunsch führen wir ein Meilensteingespräch, in jedem Fall ein Abschlussgespräch mit Vorgesetztem, in dem erreichte Lernziele dargelegt werden. Coach

Coach in der Akademie SIRALON sind nur erfahrene Diplom-Psychologinnen und Diplom-Psychologen. Ihre Aus- und Weiterbildung ist Teil des Qualitätsmanagement-Systems. Die Akademie SIRALON ist zertifiziert nach der AZVW.