



## Einzel- / Teamcoaching

### Was ist Coaching?

Der Begriff des Coaching ist in der Beratung der Inbegriff einer höchst professionellen Herangehensweise an die Förderung und Entwicklung von individuellen und team-spezifischen Höchstleistungen.

Coaching ist dabei eine Interventionsart, mit der Menschen z.B. ihre Arbeitssysteme leistungsfähiger ausbilden können. Dies geschieht mit Hilfe des Coaches, der beim Coachee

- das Wissen über das eigene Handlungsfeld vergrößert.
- dessen Reflexionsfähigkeit zu Einstellungen und Handlungen intensiviert.
- die Fähigkeit, Zusammenhänge zu erkennen entwickelt.
- hilft, zu alternativen Ansichten, Eindrücken, Erkenntnissen und Lösungsideen zu gelangen.

Als ergebnisorientierter Prozess dient Coaching der Stärkung und dem Erhalt der Leistungsfähigkeit, der Förderung von Selbstwertgefühl und der gesunden „work-life-balance“.

### Konzept

Ausgangspunkt eines gelingenden Coachings ist der partnerschaftliche Dialog zwischen Coachee und Coach. Dieser Dialog benötigt eine zielorientierte Auftragsklärung. Ist das Coachingziel definiert, arbeitet der Coach nicht als Problemlöser, sondern als systemisch agierender Aktivierer an der Problemlösungskompetenz des Coachees. Damit entsteht das Gefühl selbständiger Handlungsfähigkeit und selbstgesteuerter Problemlösung.

### Methoden im Coaching

In Abstimmung mit dem Ziel des Coachings und dem Coachee können folgende Methoden zum Einsatz kommen:

- Lösungsorientierter Ansatz
- Psychoanalytischer Ansatz
- Systemischer Ansatz
- Transaktionsanalytischer Ansatz
- Hypnotherapeutischer Ansatz

### Ihr Coach

Wolfgang Schmidt  
Senior Coach (DBVC)  
Vollmitglied im ICF-Deutschland e.V. und ICF-Global

### Zielgruppe

Management/Managementteams  
Projektleiter/Projektteams  
Experten

### Dauer

Ein Einzelcoaching hat eine Laufzeit von ca. einem Jahr. Im ersten Halbjahr kommt es alle 4 – 6 Wochen zu Coachingterminen.

Ein Teamcoaching findet in längeren Abständen statt und wird mit dem Auftraggeber definiert.

### Veranstaltungsorte

Einzelcoaching findet i.d.R. in Wiesbaden statt.  
Teamcoachings in Absprache mit dem Auftraggeber.

### Schwerpunkte

- Führungcoaching
- Persönlichkeitscoaching
- Konfliktbewältigung
- Lifecoaching
- Karrierecoaching