

SYSTEMISCHES COACHING MIT IMPROMETHODEN NEUE PERSPEKTIVEN UND LÖSUNGSANSÄTZE ZUR PERSÖNLICHEN WEITERENTWICKLUNG

ZIELGRUPPE

Einzelpersonen oder Kleinteams max. 4 Personen

DAUER

mind. 3 Termine mit jeweils zwischen 2 bis 3 Stunden

ORT

Seminar- oder Workshopraum, mind. 25 qm, in Ihren oder separat gebuchten Räumen

TRAINERIN

Regina Fabian, Systemische Beraterin (SG zertifiziert) und Improschauspielerin

REGINA FABIAN KONZIPIERT MIT IHNEN EIN SPEZIELL AUF SIE UND IHRE SITUATION ABGESTIMMTES COACHING UND NUTZT DIE KREATIVEN METHODEN DES IMPROVISATIONSTHEATERS SOWIE MODERNE TECHNIKEN AUS DER SYSTEMISCHEN BERATUNG.

DAS ERWARTET SIE

- Sie wollen sich beruflich oder privat weiterentwickeln?
- Sie möchten besser kommunizieren und sich souveräner präsentieren?
- Sie haben beruflich mit neuen Aufgaben, Spannungen im Team oder größeren Veränderungen zu tun?

Das Coaching unterstützt Sie bei:

- einem souveränen Umgang mit schwierigen Situationen im Team oder mit Kunden
- der Entwicklung von angemessenen Haltungen für den Umgang mit Herausforderungen oder Krisen
- einer größeren Spontaneität im Kunden- und Mitarbeitergespräch
- einer flexiblen Gesprächsführung
- Entscheidungssituationen

Im Coaching werden zielorientierte Fragen und lösungsorientierte Methoden aus der systemischen Beratung genutzt.

Ziel ist es mit Ihnen gemeinsam neue Perspektiven auf festgefahrene Situationen zu entwickeln. Systemische Methoden wie die Systemskulptur, das Auftragskarussell oder Skalierungsübungen unterstützen Sie dabei, komplexe Situationen aufzuschlüsseln und neue Betrachtungsweisen zu finden, damit Sie Ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern.

Die Methoden des Improvisationstheaters eröffnen zusätzlich ungewöhnliche und kreative Umgangs- und Denkweisen. Die spielerischen Improübungen ermöglichen neue Erfahrungen in der Kommunikation, beispielsweise kann eine abwehrende, sich zurückziehende Haltung hin zu einer zugewandten, offensiveren Dialoghaltung verändert werden. Durch die Praxis unterschiedlicher Improübungen entwickeln Sie einen flexibleren Umgang mit schwierigen Situationen aus Ihrem Alltag und trainieren, flexibel und spontan zu agieren und Entscheidungen klar zu kommunizieren. Zudem werden Sie sich Ihrer vorhandenen Fähigkeiten bewusst und aktivieren eigene Ressourcen.

Innerhalb des Coachings entwickeln wir gemeinsam die für Sie passende Verbindung von lösungsorientiertem Gespräch und praktischen Impromethoden, damit Sie Ihre persönlichen Lösungswege entwickeln können. Jeder Coachingtermin endet mit einer Reflektion und der Absprache, wie Trainingselemente konkret in Ihren Berufsalltag transferiert werden. Einzelne Übungen aus dem Coaching können Sie zur Unterstützung im Alltag integrieren.

SO STARTEN SIE

Wir beginnen mit einem telefonischen Vorgespräch, in dem Sie Ihr Anliegen und Ihre Ziele formulieren und wir die Schwerpunkte und den inhaltlichen Ablauf des Coachings festlegen. Zur Vorbereitung des ersten Termins können Sie typische Situationen aus Ihrem Alltag, die Sie im Coaching bearbeiten möchten, schildern und auf der Grundlage Ihrer Thematiken und Situationsbeispiele wähle ich adäquate Improübungen in Verbindung mit systemischen Methoden aus. Nach abgeschlossener Terminfindung kann es sofort losgehen. Ein Coaching mit Impromethoden umfasst mindestens 3 Sitzungen. Die Termine finden in Abständen von 1 bis 2 Wochen statt und werden in Absprache festgelegt.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

Regina Fabian | 030 42 805 263 | regina-fabian@die-gorillas.de