



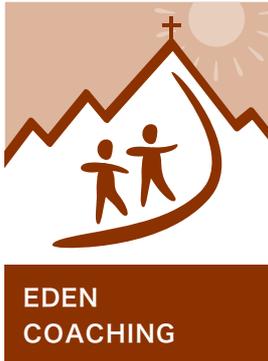
ERFOLGREICH IHRE PERSÖNLICHKEIT ENTFALTEN

LEADERSHIP-, CAREER- UND LIFE-COACHING

EDEN

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

LEADERSHIP TEAM PERSÖNLICHKEIT



SIE WOLLEN WEITERKOMMEN, NEUE PERSPEKTIVEN ENTWICKELN UND IHR WOHLBEFINDEN STEIGERN?

Das Erbringen kontinuierlicher Topleistungen wird in unserer Gesellschaft als selbstverständlich angesehen und erwartet. Dies obwohl sich das berufliche Umfeld ständig wandelt und die Anforderungen an den Einzelnen immer grösser werden. Um diesen Ansprüchen gerecht werden zu können, müssen die eigenen Grenzen immer wieder erweitert werden. Solche Grenzerweiterungen gleichen nicht selten einem inneren Kampf. Die gewohnten Bewältigungsstrategien führen oft nicht zum gewünschten Ziel.

ERKENNEN SIE IHRE NÄCHSTEN ENTWICKLUNGSSCHRITTE. GEMEINSAM ARBEITEN WIR AN DEN KERNBEREICHEN IHRES PERSÖNLICHEN ERFOLGES.

Ein Coaching schafft den idealen Rahmen für persönliche Weiterentwicklung. Hier können Sie reflektieren, lernen und auftanken. Wir unterstützen Sie, Ihre nächsten Entwicklungsschritte zu erkennen und umzusetzen. Dazu arbeiten wir mit erprobten Konzepten und wissenschaftlichem Know How auf der Grundlage einer positiven Psychologie. Ganzheitlich betrachten wir Ihre Lebens- und Berufssituation und arbeiten mit Ihnen an Themen des persönlichen Erfolges. Ziele, Rahmenbedingungen und konkrete Vorgehensweisen werden gemeinsam besprochen und geplant. Der Coaching-Prozess ist auf eigenständiges und selbstverantwortliches Arbeiten ausgerichtet.

Ihre persönlichen Ressourcen sind Ausgangspunkt jeder Lösungsfindung. Durch Reflexion und einer kooperativen Arbeitsbeziehung werden Ihre Anliegen eruiert und bearbeitet.



COACHING BASISTHEMEN

LIFE COACHING	<ul style="list-style-type: none">› Erkennen Sie Ihre Potenziale und lernen Sie diese zu entfalten› Entdecken Sie Ihre persönliche Lebensvision, erarbeiten Sie langfristige Strategien› Lernen Sie durch gesundes Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement in Balance zu leben
CAREER COACHING	<ul style="list-style-type: none">› Finden Sie heraus, welcher Job optimal zu Ihnen passt› Erstellen Sie perfekte Bewerbungsunterlagen› Positionieren Sie sich optimal (pro-aktiven Bewerbungsstrategie)
LEADERSHIP COACHING	<ul style="list-style-type: none">› Führungseffizienz durch gutes Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement› Führen in Veränderungsprozessen› Führungsautorität - wie sie entsteht und was sie verhindert
POTENZIALERKENNUNG	<ul style="list-style-type: none">› Erkennen Sie Ihre Potenziale und lernen Sie diese zu entfalten› Entdecken Sie Ihre persönliche Lebensvision und erarbeiten Sie Strategien› Lernen Sie gesundes Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement
VISIONSFINDUNG	<ul style="list-style-type: none">› Wissen Sie, wohin Ihre Reise führt?› Gibt es noch Ziele in Ihrem Leben, die Sie erreichen möchten?› Gibt es Träume, welche Sie schon lange zur Seite gelegt haben?
JOB-FIT	<ul style="list-style-type: none">› Den alten Job aktiv loslassen, um sich proaktiv auf Neues einzulassen› Woher komme ich und Wohin will ich?› Welcher Job passt zu mir und welche Potenziale will ich in Zukunft besser einsetzen?
NEW PLACEMENT	<ul style="list-style-type: none">› Den alten Job aktiv loslassen, um sich proaktiv auf Neues einzulassen› Woher komme ich und Wohin will ich?› Welcher Job passt zu mir und welche Potenziale will ich in Zukunft besser einsetzen
STRESSMANAGEMENT	<ul style="list-style-type: none">› Erkennen Sie Ihre Stress-Muster und entlarven Sie Stress-Ursachen› Lernen Sie verschiedene Stressmanagement-Methoden kennen und anwenden› Finden Sie Ausgleich und erarbeiten die für sich besten Stressregulatoren

COACHING METHODIK

Unsere Coaches arbeiten zielorientiert. Die aktivierende und ganzheitliche Herangehensweise basiert auf der Grundlage wissenschaftlicher Konzepte und Theorien:

- › Systemischer Ansatz
- › Kognitiv-Behavioraler Ansatz
- › Individualpsychologischer und handlungsorientierter Ansatz
- › Metaphorisches Lernen und Arbeiten mit Analogien und Bildern, zum Beispiel in der Natur
- › Persönlichkeitsdiagnostik
- › Mediations- und Konfliktlösungstheorien
- › Rückkopplungstools und Feedbackwerkzeuge
- › Gesprächsführung nach Carl Rogers

Gerne melden Sie sich für eine erste unverbindliche Bedürfnis-Analyse, woraufhin ein individuelles Coaching-Konzept erarbeitet wird.



KUNDENSTATEMENT

Das New Placement Coaching war spannend und herausfordernd zugleich. Durch verschiedene Potenzial Workshops und persönliche Gespräche. Die professionelle Begleitung vom Coach war jederzeit gegeben und spannende Impulse inspirierten mich, nicht nur gedanklich aus meinem aktuellen Arbeitsumfeld auszubrechen. Sebastian Reeh hat durch seine visionäre, kreative und vertrauliche Art, vieles bei mir ausgelöst, so dass ich mich auf ganz neue Gedanken einlassen konnte. Alte Leidenschaften wurden wach und Potenziale bewusst. Es war in jedem Fall eine Motivation für meine Karrieregestaltung.

MICHAEL ALBANUS | DEKA(SWISS) FINANZ AG

Geschäftsführer

