

# ERFOLGSGESCHICHTE LEADERSHIP COACHING VISIONS- & ZUKUNFTSKLARHEIT



VISIONEN UND POTENZIALE VISUALISIEREN UND UMSETZEN



# adidas®

Das Coaching mit Sebastian war lebendig und herausfordernd. Seine positiv konfrontierende Persönlichkeit ist erfrischend und klärend zu gleich.

Mit herausfordernden Fragen und ehrlichem Feedback konnte ich mir alten Träumen und Visionen wieder bewusst werden und diese sogar visualisieren. Die Workbooks und Tools waren ein weiteres motivierendes Element in unserem Prozess.

**Saskia P., Senior Reporting Manager bei der adidas AG, Herzogenaurach**



## EDEN

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

LEADERSHIP TEAM PERSÖNLICHKEIT

## ABLAUF, ZIELE UND THEMEN DES COACHING PROZESSES

---

Telefonische Vorbesprechung mit dem Geschäftsführer von EDEN zur Klärung der Coachingziele

Der EDEN Life Navigation Approach und Kennenlernen des begleitenden Coach zur Identifikation einer Kernfrage

### 1. PERSON: Potenziale, Leidenschaften identifizieren

- DISG Persönlichkeitsstärken
- Strength Finder Analyse
- Werteanalyse
- Identifikation aktueller Herausforderungen und Kitzelbrennfaktoren

### 2. VISION- und Zukunftsorientierung:

- Vision entdecken (evtl. Re-Vision)
- Potenziale, Interessen und Leidenschaften auf Vision ausrichten

### 3. NAVIGATION: Strategien für den Alltag erarbeiten

- Ursachen der Kitzelbrände bekämpfen
- Nein sagen und sich Abgrenzen lernen, Das persönliche Erwartungsmanagement
- Steigerung des persönlichen Erfüllungsfaktors und dadurch Resilienz steigern



### SESSION 1

- ▶ Eigene Ziele definieren, bzw. verbindlich daran weiterarbeiten mit Fokus „Wo möchte ich mich verändern?“
- ▶ Überprüfung und motivationale Begleitung über den ganzen Coachingprozess durch den Coach

### SESSION 2

- ▶ Stressfaktoren analysieren und Entwicklungs Massnahmen festlegen
- ▶ Stärkentest Motivationsfähigkeiten und Workshop „was schätzt mein Umfeld an mir?“
- ▶ Antreibertest und Erlauber definieren - Erkenntnisse in konkreten Ziele umsetzen

### SESSION 3

- ▶ Tages-Wanderung auf den Gipfel des Rigi zur persönlichen Re-Vision
- ▶ Förderliche und hinderliche Automatismen im Geschäftsalltag erkennen



## ECKDATEN ZUM COACHING

---

### COACHEE

- ▶ Senior Reporting Manager
- ▶ Persönlich herausfordernde Lebensphase mit anstehenden Veränderungen

### METHODIK

- ▶ Analyse der Bedürfnisse und des Ist-Zustandes
- ▶ persolog Persönlichkeitsprofil
- ▶ Stärkenanalyse mit bezug auf aktuelles Arbeitsumfeld.
- ▶ Bearbeitung der gewählten Themen in gezielten Gesprächen und Selbstreflexionen
- ▶ Erlebnissen in der Natur zum Nutzen persönlicher Entwicklung

### LEISTUNGEN

- ▶ Diverse Coaching Session
- ▶ Workbooks und Tools zur persönlichen Arbeit und Entwicklung
- ▶ Individuelle Konzeption des Coachingprozesses aufgrund vorheriger Ist-Analyse
- ▶ Aktive Reflexion und Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensvision und aktuellen Situation