

Was bringt mir ein Coaching?

Ein gutes Coaching geht davon aus, dass alle Lösungsmöglichkeiten für ein bestehendes Problem im Klienten selbst bereits angelegt und vorhanden sind. Aus den unterschiedlichsten Gründen wurden diese individuellen Problembewältigungs-Strategien im Klienten jedoch verschüttet und scheinen momentan verloren.

Der Coach hilft, diese vorhandenen Fähigkeiten behutsam auszugraben, freizulegen und sie im Idealfall zum Leben zu erwecken.

Anders ausgedrückt: Ein guter Coach begleitet Sie auf dem Weg Ihrer Veränderung, Ihrer neuen Sichtweise, die Sie im Laufe des Coaching-Prozesses aus sich selbst heraus entwickeln. Und, ein guter Coach fördert Ihre Fähigkeiten für ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben.



„Das Leben verstehen kann man nur rückwärts, aber leben muss man es vorwärts!“ (Sören Kierkegaard)

Entweder Sie tun das, was Sie bisher getan haben und werden weiterhin das erhalten, was Sie bisher erhalten haben – oder Sie haben jetzt den Mut, sich auf etwas ganz Neues einzulassen und das zu bekommen, was Sie bisher vielleicht noch nie gehabt haben...

Gönnen Sie sich einen Coaching-Prozess!

Meine Coaching-Methoden

- stellen stets Ihr Anliegen lösungsorientiert in den Vordergrund
- gehen mit Ihnen den Weg der kleinen, reflektierenden Schritte
- orientieren sich dabei fortwährend an Ihrem definierten Ziel
- richten den Fokus auf eine strategische Kurzzeitberatung
- bedienen sich systemischer Methoden und zirkulärer Fragen
- wenden Interventions-Techniken aus der Psychotherapie an
- fördern Ihre Fähigkeiten für ein selbständiges und selbstbestimmtes Handeln (Empowerment)

Habe ich Ihr Interesse geweckt? Haben Sie noch Fragen?
Ich freue mich auf den Kontakt mit Ihnen!

Weiterführende Informationen unter:
www.munich-coaching.de



Karl Bayerschmidt
Heilpraktiker für Psychotherapie
Professioneller Coach

Gabriel-Max-Str. 74
81545 München

Tel +49 (0) 89 601 78 37
Mobil +49 (0) 172 9333 488
E-Mail kb@munich-coaching.de
Web www.munich-coaching.de



Mitgliedschaft im „Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater e.V. (VFP)“

Mitgliedschaft in der „Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS)“

Business-Coaching

„Die reinste Form des Wahnsinns ist es, alles beim Alten zu lassen und gleichzeitig zu hoffen, dass sich etwas ändert...“
(Dr. Albert Einstein)



Karl Bayerschmidt
Psychotherapie &
Coaching



Wann brauche ich ein Coaching?

Individuelle Anlässe, ein Coaching in Anspruch zu nehmen, sind vielfältig:

- Möchten Sie Ihre Arbeits- und damit Ihre Lebenssituation verbessern?
- Wollen Sie einen oder mehrere Konflikt(e) zur Lösung bringen?
- Planen Sie Ihre nächsten eigenen Entwicklungsschritte bestmöglich zu gestalten?
- Beabsichtigen Sie Ihre Fähigkeiten, Ihre Stärken noch besser in Ihr Berufsleben zu integrieren?
- Suchen Sie vielleicht neue Wege, wie Sie den Ansprüchen an Ihre Führungsaufgabe besser gerecht werden?
- Sind Sie auf der Suche nach beruflicher Neuorientierung?
- Möchten Sie sich selbständig machen?
- Verspüren Sie Lust, nach einer längeren Pause (Kindererziehung, Pflege, etc.), wieder ins Berufsleben einzusteigen?
- Haben Sie das Gefühl unter enormen Leistungsdruck zu stehen und fühlen sich restlos ausgebrannt?
- Fühlen Sie sich gemobbt?



Warum brauche ich ein Coaching?

„Es sind nicht die Dinge selbst, die uns bewegen oder beunruhigen, es sind die Ansichten, die wir von ihnen haben.“ (Eptiket)



Steigerung Ihrer Leistungsziele, Stärkung Ihrer persönlichen Performance

- Bewältigung von neuen Aufgabengebieten (Beförderung/erste Führungstätigkeit)
- Persönliche Leistungssteigerung
- Verbesserung des eigenen Zeitmanagements

Aufschwung Ihrer sozialen Kompetenz

- Freude an Kommunikation und Teamarbeit
- Aktives Herangehen an Führungsthemen

Lernen, mit Konflikten und kritischen Situationen gelassen und offen umzugehen

- Konflikte in Ihrer Tätigkeit als Führungskraft auch einmal aushalten
- Kompetenter Umgang mit Interessenskonflikten
- Mobbing offen ansprechen, Arbeitsklima verantwortlich verbessern



Ihre persönliche Lebensplanung mit Elan und Freude angehen

- Sich neuen beruflichen Herausforderungen mit Neugier stellen
- Karriereplanung spielerisch üben
- Work-Life-Balance fest in Ihr Leben integrieren
- Persönliche Neuorientierung zulassen

Souveräner Umgang mit Organisationsthemen

- Neustrukturierung und deren Folgen offen analysieren
- Allparteilicher Umgang mit verschiedenen Interessensgruppen im Unternehmen

Ihre Persönlichkeitsthemen in den Vordergrund bringen

- Stärkung Ihres Selbstbewusstseins
- Ausbau Ihrer persönlichen Durchsetzungsfähigkeit
- Wer bin ich, und wo will ich überhaupt hin?
- Was können Sie tun, um einem möglichen Burnout vorzubeugen?
- Welche Auswege gibt es aus einem vorliegenden Burnout?

Weiterführende Informationen unter:

www.munich-coaching.de