

Ihr Weg zum Coaching

1. Kostenfreies Erstgespräch

Lernen Sie mich und das Mediationsverfahren kennen. Wir klären Ihre Fragen und besprechen Ihr Anliegen in einem ca. 30-minütigen Gespräch.

2. Gemeinsame Sitzungen

In strukturierten Gesprächen werden schrittweise individuelle Lösungen erarbeitet. Die Zahl der Sitzungen richten sich nach Ihrem Bedarf.

3. Mediationsvereinbarung

Die erarbeiteten Lösungen werden schriftlich festgehalten und können durch Zusammenarbeit mit Notaren rechtlich abgesichert werden.



Lic. iur. can. Jochen Walter, MM
Systemisch-integrativer Coach

zertifiziert durch:
Deutsche Gesellschaft für Coaching e.V.
Roundtable Coaching e.V.

Systemisch- integratives Coaching

Meine Arbeitsweisen:

in Präsenz:

Die Coachingtermine finden in meinen Räumen statt.

online:

Nach einem erstem präsentischen Termin sind weitere Termine auch digital mit einem DSGVO-konformen Programm möglich.

Kontakt:

Klopstockstr. 52
45964 Gladbeck
Tel.: 02043 9822465
Fax: 02043 9823465
email@prof-strat.com

www.prof-strat.com

Sprechstunden nach Vereinbarung



für ein erfüllteres Leben

Ihre Situation

- Sie haben das Gefühl der Stagnation oder Überforderung im Job?
- Sie erleben Konflikte mit Kollegen oder Vorgesetzten, die sich wiederholen?
- Sie bemerken Schwierigkeiten bei Führungsaufgaben oder Teamdynamiken?
- Ihre Work-Life-Balance scheint nicht zu funktionieren?
- Ihnen fehlt Klarheit über eigene Werte und Ziele?
- Ihnen fällt es schwer, im Beruf Entscheidungen zu treffen?
- Sie stehen vor beruflichen Veränderungen und fragen sich, wie das gehen soll?
- Die Balance zwischen unterschiedlichen Rollen (z.B. Führungskraft - Kollege, Unternehmer und Familienmitglied) empfinden Sie als belastend?
- Sie stehen vor komplexen Entscheidungen mit vielen Beteiligten und widersprüchlichen Interessen, suchen Klarheit und möchten verschiedene Perspektiven berücksichtigen?
- Sie suchen Unterstützung bei Veränderungsprozessen, kulturellen Herausforderungen im Unternehmen oder bei Restrukturierungen?
- Sie stehen vor der Frage einer beruflichen Neuorientierung und suchen dabei Unterstützung?
- Sie möchten sich persönlich weiterentwickeln und Ihre verdeckten Ressourcen entdecken?

Systemisch-integratives Coaching

Das systemisch-integrative Coaching bietet spezifische Vorteile durch seine Methodenvielfalt!:

Ganzheitliche Betrachtung

Neben den systemischen Wechselwirkungen werden auch körperliche, emotionale und mentale Aspekte einbezogen. Wenn etwa Stress sich körperlich manifestiert, können körperorientierte Methoden oder Achtsamkeitsübungen integriert werden.

Wissenschaftliche Fundierung

Die Integration neurowissenschaftlicher Erkenntnisse oder psychologischer Forschung erweitert das Verständnis dafür, wie Veränderung tatsächlich funktioniert.

Schnellere Ergebnisse

Durch die Kombination verschiedener Ansätze können manchmal schneller Durchbrüche erzielt werden. Eine systemische Frage öffnet eine neue Perspektive, eine Visualisierungsübung verankert sie emotional, eine verhaltenstherapeutische Technik hilft bei der Umsetzung.

Praxisorientierung

Die Integration verschiedener Ansätze erlaubt es, nicht nur Erkenntnisse zu gewinnen, sondern auch konkrete Verhaltensänderungen zu üben und zu verankern.

Individuelle Passung

Der Coach kann aus einem breiten Methodenrepertoire schöpfen und genau die Werkzeuge wählen, die zu Ihrer Persönlichkeit, Ihrem Lernstil und Ihrer Situation passen.

Flexibilität im Prozess

Wenn eine Methode nicht greift oder Sie an einen Punkt kommen, wo der systemische Ansatz allein nicht ausreicht, kann nahtlos auf andere bewährte Techniken zurückgegriffen werden. Der Coachingprozess bleibt dadurch dynamisch und effektiv.

Kreativität in der Lösungsfindung

Die Vielfalt der Methoden eröffnet mehr kreative Möglichkeiten.

Kontinuierliche Weiterentwicklung

Da der Ansatz offen für neue Erkenntnisse und Methoden ist, profitieren Sie von aktuellen Entwicklungen.

Der große Vorteil liegt in der Kombination aus systemischer Grundhaltung und methodischer Flexibilität, die es ermöglicht, wirklich maßgeschneidert auf Ihre individuellen Bedürfnisse einzugehen.