

CareerLife Coaching: Ihre Themen – mein Angebot

Als Leader von kleinen und grossen Teams habe ich viele Jahre Erfahrung in der Zusammenarbeit mit und Entwicklung von Menschen. Ich bin vertraut mit den Freuden und Herausforderungen als Manager, und weiss, dass es nicht immer einfach ist: Ja, man ist «oben» und hat es vermeintlich geschafft. Wollte man da nicht immer hin?

Aber auch die Verantwortung ist gewachsen, und droht einen manchmal fast zu erdrücken. Zudem: **Auch ganz oben gibt es immer noch jemanden über einen**, selbst wenn das der Aufsichts-/Verwaltungsrat ist. Also fühlt es sich eher ein bisschen so an wie im Sandwich. Oben kann es einsam werden: **«Lonely at the Top»**

Basierend auf meiner eigenen Lebensgeschichte habe ich mich als Coach auf das Thema **Führung** spezialisiert. Führung verstehe ich ganzheitlich, auch im Sinne einer gesunden Lebensführung. Ich habe nicht nur 25 Jahre Berufserfahrung und mich in einem DAX30-Konzern bis ins C-Level hoch gearbeitet, sondern erwarb an führenden Business Schools ein breites Managementwissen, und besitze auch eine psychologische Ausbildung. Zugleich bin ich Mutter (2 Teenager) und Ehefrau. Das ist meine Basis, und bildet der Hintergrund meiner Coachings.

Ich coache nach den Prinzipien der **«Metatheorie der Veränderung»**: Das ist eine personenzentrierte und prozessorientierte Methode bestehend auf den Essenzen der wichtigsten Psychologierichtungen und den Grundlagen der soziologischen System- und Organisationstheorie.

Personenzentriert bedeutet:

Sie als Mensch und Führungskraft, mit Ihrer ganz persönlichen Geschichte, sind der Fokus.

Prozessorientiert heisst:

Mein Ansatz ist dynamisch und berücksichtigt, dass Sie selbst und Ihre Umwelt sich laufend weiter entwickeln – schon während des Coachings.

Ich arbeite kundenorientiert und individuell: Wir schauen Ihre spezifischen Herausforderungen und Fragen an, und ich passe den Einsatz meiner Instrumentarien auf Ihre konkreten Bedürfnisse an. Ziel ist es herauszufinden, was Sie brauchen, um ein erfülltes nachhaltiges Leben zu führen. Dazu gehört **beruflicher Erfolg** genauso wie **Gesundheit, persönliches Glück** und **Zufriedenheit**.

Meine Beratung ist **ganzheitlich**, das heisst Ihre Sinne, Emotionen und Talente werden angesprochen und mit einbezogen. Als Führungskraft sind Sie Teil eines Systems, eingebettet in eine Organisation, und in ein persönliches Umfeld. All das steht in vielseitigen Wechsel- und Rückwirkungsbeziehungen zueinander.

Last, but not least, Sie bleiben über den gesamten Beratungsprozess hinweg in der Selbstverantwortung.

Beispiele für Coachingbedarf können sein:

- Vorbereitung auf ein Assessment Center oder Vorstellungsgespräch
- Sie sind bei einem Assessment Center durchgefallen und überlegen sich woran es liegt, und was Sie nun tun sollen.
- Sie überlegen sich die Firma zu wechseln.
- Sie überlegen sich selbständig zu machen, und ob Sie dieses Risiko tragen können/wollen.
- Sie wollen sich im gegenwärtigen Job für den nächsten Karriereschritt auszeichnen, mehr Visibility erreichen/zeigen.

- Sie kommen mit ihrem Chef nicht klar.
- Sie haben einen/mehrere schwierige Mitarbeiter und fragen sich wie sie damit umgehen sollen.
- Sie finden es schwierig schlechtes Feedback weiterzugeben.
- Sie sind mit der Beurteilung durch Ihren Chef/Ihrer Leistungsbeurteilung nicht zufrieden.
- Sie wollen eine Lohnerhöhung, und wissen nicht wie danach fragen.
- Sie haben Verständigungsschwierigkeiten/ein Problem/latentes Konfliktpotential mit wichtigen Kollegen oder im Team.
- Sie fragen sich wie Sie mehr Buy-in von Ihrem Team/Mitarbeitern erreichen können – Themen wie Rückdelegation, Konsequentes Durchgreifen, Kontrolle, etc.
- Sie sitzen den ganzen Tag in Meetings und kommen zu nichts – Themen Selbstorganisation, Zeitmanagement, etc.
- Sie stecken in einer Sandwich-Position und haben Druck von oben und unten.
- Sie beschäftigen sich mit einer Auslandsentsendung/-versetzung – Themen: Auswirkung auf Familie, Dual Career, etc.
- Sie sehen den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr – alles wird zu viel – Sie leiden unter Überarbeitung und Überlastung, und wollen einem Burnout vorbeugen.
- Ihr Partner/-in beklagt sich, dass Sie kaum mehr zuhause sind: Work-Life-Balance
- Sie haben einen persönlichen Schicksalsschlag oder eine Zäsur erlitten (Trennung, Scheidung, Tod, Krankheit, etc.), die sich auf die Arbeit auswirkt.

Es versteht sich von selbst, dass strengste Verschwiegenheit besteht. Das Erstgespräch ist kostenlos und dient dazu gegenseitige Erwartungen zu klären und sich kennenzulernen.

Ich freue mich sehr Sie kennenzulernen!

Ihre,

Claudia Göldi