

Coaching ■ Jetzt die Weichen stellen!

Sie stecken in einer persönlichen Krisensituation oder stehen vor einer neuen beruflichen Herausforderung? Wie soll Ihr Leben in Zukunft aussehen? Was ist Ihnen wirklich wichtig? Was soll zukünftig Platz in Ihrem Leben haben? Was möchten Sie verändern? Was hilft Ihnen, Ihre Pläne umzusetzen? Welche Werte und Glaubenssätze sind förderlich oder gar hinderlich? Auf welche Ressourcen und vorhandene Stärken können Sie zurückgreifen?

Mein Coaching-Ansatz

Im systemischen Coaching helfe ich Ihnen bei der Findung von eigenen Lösungsmöglichkeiten durch professionelles Wissen und erprobte Methoden. Dabei richtet sich der Fokus stets auf die Lösungsfindung und auf die dafür vorhandenen Potenziale, die in jedem Menschen stecken.

Jeder Mensch trägt seine eigenen, persönlichen Lösungen und Möglichkeiten in sich und ist inhaltlicher Experte für sein Problem. Individuelle Kompetenzen, Motive und Werte spielen dabei eine entscheidende Rolle. Meine Aufgabe als Beraterin und Coach ist die Verantwortung für den professionell gestalteten Prozess. Durch den Coaching-Prozess führe ich Sie mittels lösungsorientierter Fragen und professioneller Methoden. Dabei unterstütze ich Sie wertschätzend bei der Entwicklung neuer Perspektiven, Ideen und Handlungsoptionen.

Typischen Themen im Einzelcoaching

- Standortbestimmung und Entwicklung eigener Ziele
- Coaching bei persönlicher oder beruflicher Veränderung (Business Coaching)
- Neuorientierung und in schwierigen Entscheidungssituationen
- Berufliche und persönliche Krisen- und Konfliktbewältigung
- Berufliche Belastungssituationen
- Übernahme neuer Positionen oder Führungsfunktionen
- Entwicklung von Führungskompetenz
- Umgang mit Veränderungen
- Potenzialerhebung und -entwicklung/Kompetenzen

Ablauf des Coachings

Basis eines jeden Coaching-Gesprächs ist die vertrauensvolle Beziehung zwischen Klient und Coach. Jedes Coaching-Gespräch beginnt deshalb mit einem kostenfreien unverbindlichen Erstgespräch, in dem wir schauen, ob die „Chemie“ stimmt. In diesem Gespräch legen wir das Thema, die Dauer, den Coaching-Ort und das Honorar fest.

Nach dem Erstgespräch entscheiden beide Partner, ob sie zusammenarbeiten möchten. Durch den lösungsorientierten Ansatz im Coaching ist in der Regel sehr schnell ein Ergebnis erreicht (1 – 3 Sitzungen). Bei komplexen Themen kann es sinnvoll sein, weitere Sitzungen anzusetzen oder über einen längeren Zeitraum zu begleiten. Die Entscheidung über die Anzahl der Coaching-Sitzungen trifft immer der Klient bzw. der Auftraggeber.

„Mit Leidenschaft begleite ich Menschen und Organisationen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen. Meine Beratungen und Coachings sind durch eine durchweg systemische Haltung und langjährige Praxiserfahrung geprägt.“

Berufliche Stationen

- Personalentwicklerin und Systemischer Coach mit Verantwortung für die Aus- und Weiterbildung von Mitarbeitern und Führungskräften im Vertrieb und Kundenservice von Finanzdienstleistungsunternehmen
- Entwicklung und Durchführung von Onlinetrainingsprogrammen und Webinaren für Vertriebsmitarbeiter und Geschäftskundenprogrammen
- Moderatorin für Klein- und Großgruppen mit Schwerpunkten Teambuilding und Teamentwicklung
- Kommunikationstrainerin
- Führungskraft, Beraterin und Projektleiterin

Qualifikationen

- Professional Virtuell Presenter (HPS, Hattersheim)
- sci:vesco®-Master (permitto GmbH, Wiesbaden)
- Zertifizierte MSA®-Beraterin (Emesa GmbH, Wiesbaden)
- Systemischer Coach (SiegerConsulting, Darmstadt)
- Moderatorin und Trainerin (Neuland, Fulda)
- Qualitätsmanagerin/TQM-Assessorin (DGQ e. V., Frankfurt)

Sabine Gilliar
Gilliar Consulting
Moosbergstraße 35
64285 Darmstadt

Telefon: +49 (0) 6151 1526607
Mobil: +49 (0) 1577 9709021
Mail: sabine@gilliarconsulting.de
Web: www.gilliarconsulting.de

