



SEMINARE TRAININGS AUSBILDUNG COACHING

Coaching & Beratung mit Gewaltfreier Kommunikation

www.k-training.de

Kellerwiese 4

82327 Tutzing

Tel.: 08158 - 922 19 11

Die Coaches

Dipl. Psych. Friederike Kahlau ist nach langjähriger Arbeit in klinischen und psychosozialen Einrichtungen seit 1990 in eigener Praxis tätig.

Sie arbeitet seitdem als Coach, Psychotherapeutin und als Trainerin in den Bereichen Konfliktmanagement und Kommunikation.



Dipl. Soz.-Päd. Klaus Karstädt arbeitete viele Jahre therapeutisch mit Gruppen und ist seit 1989 selbständig in der Erwachsenenbildung tätig.

Er hält Seminare im Bereich der Kommunikation, Lehrmethoden, Gesprächsführung, Konfliktmanagement, coacht Führungskräfte und führt Teamentwicklungen durch. Er ist Certified Trainer for Nonviolent Communication seit 1999.



Anlass für ein Coaching

Sie haben die Gewaltfreie Kommunikation kennen gelernt und suchen jemand, der Sie im Rahmen dieses Ansatzes unterstützt und coacht?

Wünschen Sie sich eine ganz individuelle Begleitung und Unterstützung über einen bestimmten Zeitraum?

Wir bieten Ihnen Einzelcoachings an. Für ein erstes Gespräch und Terminvereinbarungen nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf:

Friederike Kahlau-Karstädt
Tel: 08158 - 922 19 11



Coaching

Coaching ist eine Kombination aus individueller Beratung, persönlichem Feedback und praxisorientiertem Training. Der Begriff „Coach“ stammt aus der englischen Sprache und bedeutet dort Kutsche. Dieser Begriff beschreibt also ein Instrument, das es Menschen ermöglicht, von einem an einen anderen Ort zu gelangen. Das Ziel formuliert der Coachee, der Coach begleitet den Coachee auf dem Weg als neutraler „Reise“-Gefährte.

Vor diesem Hintergrund wird klar, dass der Charakter eines Coachings nicht dadurch gekennzeichnet ist, dass der Coach die Lösungen für Probleme oder Konflikte mitbringt. Vielmehr ist der Coach ein neutraler Gesprächs- und Interaktionspartner, der seinem Coachee den Prozess der individuellen (Weiter-)Entwicklung eröffnet, erleichtert und begleitet.



Anlass und Wunsch für eine solche Unterstützung können sein:

- Schwierige berufliche Situationen bezüglich Rolle und Aufgabenstellung
- Berufliche Konflikte
- Persönliche Themen z.B. in der Partnerschaft, familiäre Konflikte
- Wichtige Entscheidungen, die in Ihrem Leben anstehen
- Das Interesse, sich persönlich weiter zu entwickeln

Wie läuft eine Coaching ab? Wie kann die Unterstützung aussehen?

Wir betrachten zuerst:

- Was ist das Problem?
- Wie stehe ich dazu?
- Wie verhalte ich mich?

Dann arbeiten wir an den Fragen

- Wo will ich hin?
- Was will ich erreichen?

Gemeinsam suchen wir dann Wege, wie das am besten gelingt.

Die Aufgabe des Coaches ist dabei:

- Fragen zu stellen
- Neue Sichtweisen anzubieten
- Rückmeldungen und Denkanstöße zu geben
- Ihnen neue Verhaltensmöglichkeiten aufzuzeigen und diese mit Ihnen zu trainieren

Ein guter Coach besitzt Lebens- und Beratungserfahrung sowie eine ausgewiesene und ausgebildete Methodenkompetenz, mit der er situativ, angemessen und intuitiv reagieren kann, um den Beratungsprozess zu steuern.

