



## «einfach coachen lernen»

In unserem Alltag finden viele Gespräche statt. Wir beraten unsere Kunden, Mitarbeitenden, Kollegen und Freunde bei der Bewältigung von schwierigen Situationen, Entscheidungen, Veränderungen, Konflikten und Beziehungsfragen. Doch sind diese Gespräche wirksam und hilfreich genug?

Im Kurs «einfach coachen lernen» erhalten Sie Basiswissen und eine Einführung ins lösungsfokussierte Coaching, damit Sie Ihre Gespräche professioneller, wirkungsvoller und zukunftsorientierter führen können.

## Lernziele

Sie gewinnen Sicherheit im Führen von Coachings mit Einzelpersonen, entwickeln Ihre Coachinghaltung und erweitern Ihre Gesprächsführungskompetenz.

Sie erhalten Grundlagenwissen zum Coaching, den Prinzipien und dem Coachingprozess

- Sie setzen sich mit der eigenen Haltung im Coaching auseinander
- Sie lernen den lösungsfokussierten Ansatz kennen und wenden ihn auch an
- Sie können ziel-, lösungs- und ressourcenorientierte Fragen stellen
- Sie erhalten einfache «Werkzeuge», die Sie im Coaching anwenden können
- Sie üben das Coachen mit Einzelnen
- Sie reflektieren Ihr Vorgehen, Ihre Fragestellungen und Ihre Haltung

## Zielpublikum

Personen, die Gespräche führen, Menschen helfen und beraten.

Sie haben wenig Erfahrung im Führen von Einzelgesprächen und wollen wirksam coachen lernen.

Teilnehmende mind. 6, max. 12

## Arbeitsformen

Der Kurs bietet eine abwechslungsreiche Mischung aus Theorie-Inputs, Einzel- und Gruppenarbeiten sowie spielerischen Übungen.

## Kursdauer

3 x ½ Tag

## Kurstermine 2018

Dienstag 23. Oktober, 13. November, 4. Dezember

## Kurszeiten

Jeweils 13.15 – 17.30 Uhr (5 Lektionen + Pause)

## Kursort

St. Gallen, Webersbleiche

## Kurskosten

CHF 660.- / 3 Kurshalbtage inkl. Unterlagen und Pausenverpflegung

## Kursleitung

Lydia Jäger, Psychologin FH, Coach CAS, Ausbilderin FA

## Kursanmeldung bis 11. Oktober 2018

professionelle Laufbahnberatung. Coaching.

Lydia Jäger

Marktplatz 20

9000 St. Gallen

071 222 15 14

lydia.jaeger@profession-elle.ch

www.profession-elle.ch