

Sie suchen...

Eine konkrete Veränderung in ihrem persönlichen oder beruflichen Umfeld oder streben nach mehr persönlicher Lebensqualität - und zwar treffsicher, lösungs- und entwicklungsorientiert und in kurzer Zeit realistisch umsetzbar.

Die Erarbeitung einer klaren Zielformulierung bildet den Schwerpunkt für die Auftragsgestaltung.

Ich begleite Sie...

- im Reflektieren des eigenen Handelns
- in der Erweiterung Ihrer Selbst-Führungskompetenz
- im Umgang mit Konfliktlösungen
- Klarheit über eigene Ziele zu gewinnen
- Prioritäten zu setzen
- beim Prozess, sinnvolle Entscheide zu treffen
- Ihre Kommunikationsfähigkeit zu steigern
- bei der (wieder-) Herstellung Ihrer Work-Life-Balance
- beim Perspektivenwechsel

Als Beraterin stütze ich mich in meiner Beratungstätigkeit auf die vom Verband BSO festgelegten Kernkompetenzen. Der Berufsverband BSO verfügt über ein Anerkennungs- und Aufnahmereglement, das die Voraussetzungen für eine Tätigkeit im Bereich Coaching/Supervision festlegt. Mitglieder, die neben Coaching noch andere Beratungsformate anbieten, verfügen über entsprechende Zusatzqualifikationen.

Coaching

'Die einzige Konstante ist die Veränderung'
(Heraclitus von Ephesus)

Die Arbeitswelt scheint sich immer schneller zu drehen - die stetigen Veränderungen beeinflussen die tägliche Arbeit nachhaltig und haben für Teams und Einzelne weitreichende Konsequenzen. Die Anforderungen an die Führung werden komplexer, unübersichtlicher und verstrickter.

Im Coaching biete ich Ihnen die Möglichkeit, innezuhalten und aus einer Aussenperspektive das eigene Handeln zu reflektieren. Coaching kann als Ziel beinhalten, die Leistung zu verbessern, zu neuen Aufgaben zu befähigen oder Entscheidung und Veränderung zu steuern. Person, Haltung und Verhalten, Rolle und Funktion und deren Weiterentwicklungen sind Thema innerhalb des Coachings.

Mögliche Inhalte eines Coachings:

- Vorbereitung auf die Übernahme neuer Funktionen in der Organisation
- Auseinandersetzung mit den Anforderungen an die eigene Person und Weiterentwicklung der persönlichen Ressourcen
- Unterstützung im Umgang mit und in der Verarbeitung von Stress- und Konfliktsituationen
- Persönliche Entwicklungsthemen
- usw.

Supervision

Supervision unterstützt Einzelpersonen und Team, ihre berufliche Kompetenz zu erweitern und neue Optionen zu entwickeln.

Sie wollen Ihre Professionalität optimieren, indem Sie Ihre fachlichen, sozialen und persönlichen Kompetenzen weiterentwickeln und Ihre Berufszufriedenheit steigern. Ich begleite und unterstütze Sie in Prozessen der Erkenntnisgewinnung über:

- Ihre berufliche Arbeitssituation und Ihr berufliches Handeln
- Ihre Rolle und Ihren individuellen Arbeitsstil im Arbeitsfeld
- Aspekte der konstruktiven Zusammenarbeit im Team

Ziele der Supervision im Team können sein:

- Verbesserung der Kooperation im Arbeitsalltag
- Neue Sichtweisen entwickeln
- Erweiterung der beruflichen Handlungsoptionen
- Verbesserung der Arbeitsorganisation
- Konfliktsituationen konstruktiv angehen
- usw.

Beratungsverständnis

Als Coach-Supervisorin, Beobachterin und Prozessbegleiterin teile ich Ihnen eigene Beobachtungen mit und stelle Fragen, die Ihnen ermöglichen, Freiraum für Veränderung und neue Möglichkeiten zu sehen. Und, in Eigenverantwortung eigene Bedürfnisse, Wertvorstellungen wieder Wahrzunehmen und Umzusetzen.

Ihre Selbstführung und Entschiedenheit zu fördern, die durch aktuelle Begebenheiten beeinträchtigt sein kann, sehe ich als meinen Auftrag. In der Rolle als Coach-Supervisorin stelle ich die Struktur durch die geeignete Methode für das angestrebte Ziel zur Verfügung.

Die Arbeit findet auf der Basis einer tragfähigen und durch gegenseitige Akzeptanz und Vertrauen gekennzeichneten, freiwillig gewünschten Beratungsbeziehung, mit humanistischer Grundhaltung und mit systemischer Sichtweise statt. Ich sichere Ihnen Diskretion zu und rege an, wie eigene Lösungen entwickelt werden können.

Coaching und/oder Supervision eignet sich sowohl für Privatpersonen, als auch für Führungskräfte und Freiberufler und Teams. Die individuelle, intensive und vertrauliche Arbeit ermöglicht auch kurzfristige Ergebnisse und bietet zudem Freiraum für unterschiedliche Konzepte.

**Man weiss nie, was daraus wird,
wenn die Dinge verändert werden.
Aber weiss man denn, was daraus wird,
wenn sie nicht verändert werden?**

Elias Canetti



**Maria Britschgi
Beratung & Therapie**

Dipl. Coach-Supervisorin AGP/BSO
Eidg. FA Ausbilderin

Praxis:
Hellmühlestrasse 11
6344 Meierskappel
Telefon: 041 790 20 94

Home: www.cokomar.ch
Mail: info@cokomar.ch

**Es steht uns immer frei,
entsprechend jener Zukunft zu handeln,
die wir uns schaffen wollen.**

Heinz von Foerster



Coaching/Beratung