



Meine Arbeitsweise

Beratung/Coaching:

Ich begleite Sie wertschätzend, lösungsorientiert, einfühlsam und authentisch.

Rat- oder Hilfesuchende kommen mit verschiedensten Fragen zu mir - Die gemeinsame Frage, die alle Rat- oder Hilfe-Suchenden mit sich tragen lautet: „Wie kann ich mehr ich selber sein?“

Ich begleite Sie engagiert auf dem Weg zu Ihrem Ziel und achte mit Ihnen darauf, dass Sie auf Ihrem Weg "sie selber sein können".

In einem Erstgespräch geht es darum, dass wir uns kennenlernen, dass Sie genügend Raum erhalten um Ihre Situation zu schildern, und dass ich Ihnen zeige, wie ich Sie und Ihre Situation verstehe. Wir legen gemeinsam fest, in welcher Richtung wir weiterarbeiten werden. Eventuell entstehen erste weiterführende Fragen, oder Erkenntnisse. Es können auch schon Beobachtungs- oder Verhaltens-Experimente bis zum nächsten Treffen vereinbart werden.

In Folgegesprächen geht es immer darum, wo Sie gerade aktuell stehen und was Ihr aktuelles Anliegen ist. Wenn es die Situation verlangt, besprechen wir Ihre Erlebnisse seit der letzten Sitzung. Sie dürfen Ihre Ziele und Absichten selbstverständlich ändern, das gehört zum Leben, und meine Aufgabe ist es, mein Vorgehen laufend mit Ihnen zu synchronisieren.

Meine Absichten: Im Grunde, und so verlangt es auch meine Berufsauffassung, habe ich keine Absichten, richte mich ganz nach Ihren Bedürfnissen und Anliegen, und manipulierte Sie nicht. Dennoch ist es mir wichtig, Sie in Ihrem Selbstbewusstsein zu stärken und Ihnen als Spiegel zur Verfügung zu stehen, damit Sie möglichst authentisch Ihre nächsten Schritte gehen. Die Basis unserer Zusammenarbeit ist eine wertschätzende und empathische Beziehung. Abhängigkeiten sollen nicht entstehen. Der Beratungs-Raum kann eine Insel sein, auf der neue Erfahrungen möglich sind und in dem Sie sich sicher fühlen.