

# Coaching

unterstützt Fach- und Führungskräfte bei beruflichen Entwicklungsfragen.

Coaching dient der Stärkung und Stützung bei herausfordernden Entscheidungen, in Konflikt- und Krisensituationen oder bei der Mitgestaltung von Veränderungsprozessen.

Coaching unterstützt Menschen im beruflichen und persönlichen Alltag.

Die aufmerksame Begleitung durch den Coach fördert die Selbstreflexion und öffnet die Möglichkeit für neue Sichtweisen.

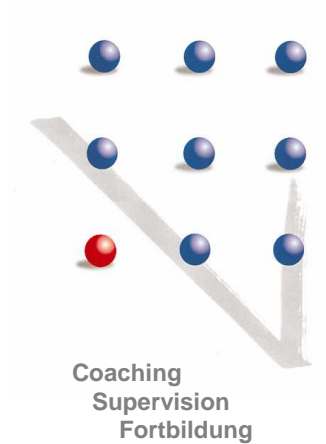
Eingefahrene Verhaltensmuster werden verändert und neue Wege im Sinne eines Change-Managements besprochen.



**Hans Sievert**

Dipl. Pädagoge  
Suchttherapeut  
Supervisor DGSv

- Seit 1993 **Coach, Supervisor und Referent** für Profit- und Nonprofit-Unternehmen
- Von 1993 bis 1998 Mitarbeiter in der **Sozial- und Suchtberatung der Daimler AG**, Niederlassung Hamburg.
- Von 1997 bis 2007 **Lehrbeauftragter** an der Universität Hamburg, Fachbereich Erziehungswissenschaft.
- Von 2006 bis 2010 **Lehrsupervisor** für das Institut für Supervision und Institutionsberatung / ISO
- Seit 2011 **Referent** für das ifb in München.



# Coaching

*„Lernen Sie kennen, was in Ihnen steckt!“*

**Hans Sievert, Coach**



## Kontakt

**Hans Sievert**

**Telefon:**

040 / 422 08 64

**Email:**

[h.sievert@integra-die-berater.de](mailto:h.sievert@integra-die-berater.de)

**Web:**

[www.integra-die-berater.de](http://www.integra-die-berater.de)

## Führung

- Sie suchen in einer Führungsfrage kurzfristig eine Antwort und benötigen geeignete Handlungsstrategien.
- Sie möchten mit den Ressourcen Zeit, Aufmerksamkeit und Kraft anders umgehen.
- Sie wollen sich in Ihrer Führungsrolle optimieren.

## Performance

- Sie möchten Ihre sozialen Fähigkeiten und Kompetenzen entdecken, entwickeln und fördern.
- Sie möchten in der Entwicklung Ihrer Karriere bisherige Grenzen überprüfen.

## Aufgaben und Situationen

- Sie benötigen in einer neuen Aufgabe konkrete Hilfestellungen für Ihr Handeln.
- Sie brauchen vorübergehend eine Rückenstärkung, weil Sie gute Ergebnisse erzielen sollen.
- Sie gefordert sind, ungewohnte Situationen erfolgreich zu meistern.

## Veränderung und Qualifizierung

- Ihr Arbeitsbereich wird grundlegenden Veränderungen unterworfen.
- Sie möchten Ihre Arbeitssituation strukturiert betrachten und Alternativen durchdenken.

## Kooperation

- Sie möchten die Ressourcen Ihres Teams entwickeln.

## Krise

- Sie möchten die Grenzerfahrung einer beruflichen Krise in Veränderungschancen und persönliches Wachstum transformieren.
- Sie möchten die Potenziale des Coachings als wichtige Voraussetzung für die Bewältigung von Krisen nutzen.

## Konflikt

- Sie möchten unterschiedliche Konfliktebenen (Sach-, Beziehungs-, Wertkonflikte) unterscheiden und identifizieren.
- Sie wollen Konflikte in Ihrem Arbeitsfeld besser managen und lösungsorientiert angehen.

## Kompetenz

- Sie definieren die Inanspruchnahme von Coaching als professionell, weil Sie sich für die Weiterentwicklung Ihrer Kompetenz die notwendige Unterstützung holen.
- Sie Coaching nutzen wollen, um Ihre Fähigkeiten dynamisch weiter zu entwickeln und anforderungsgerecht zu entfalten.

## Gesundheit

- Sie möchten wissen, wie man burnoutgefährdete Mitarbeiter erkennt.
- Sie möchten wissen, wie man psychisch belastete Mitarbeiter richtig anspricht.
- Sie möchten Ihren Führungsstil im Hinblick auf die Gesundheit der Beschäftigten im Unternehmen überprüfen.
- Sie möchten lernen, mit der täglichen Stressbelastung in Beruf und Alltag anders umzugehen.
- Sie haben Schwierigkeiten, bei Ihrem hohen beruflichen Engagement, Grenzen zu setzen.
- Sie haben Angst vor einem Burnout.
- Sie möchten unterscheiden können zwischen Belastung und den Symptomen eines Burnouts.
- Sie möchten die Warnsignale eines Burnouts erkennen können.
- Sie möchten einen Stressausgleich schaffen und wissen aber nicht wie.
- Sie möchten sich gesund ernähren.
- Sie möchten ein persönliches Fitness-Programm entwickeln.
- Sie möchten weniger Alkohol trinken und/oder mit dem Rauchen aufhören.