

Personal & Business Coaching

Ihr Ansprechpartner: Volker Wittler

Mit Empathie, Vertrauen und einer gesunden Portion Humor, fokussieren wir uns auf Ihre Anliegen und Ziele.



Sensibel nähern wir uns Ihren Bedürfnissen, erarbeiten Möglichkeiten um Ihnen eine Grundlage zu schaffen, Sie in ein erfülltes und nach den eigenen Vorstellungen geformtes Leben und Berufsleben zu führen.

Arbeitsschwerpunkte:

- Familienaufstellungen
- Team-, Business-, Personal-Coaching
- Neuro-Linguistisches Programmieren (NLP)
- "The Work" of Byron Katie
- Mediation, Konfliktmanagement
- klangzentrierte Körperarbeit
- Life- und Selfmanagement

Berufserfahrung:

Mehr als 15 Jahre tätig als examinierter Krankenpfleger, davon 8 Jahre im Fachbereich Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie. Langjährige Tätigkeit als Ausbilder, Coach und Gruppenleiter, Gesundheitspraktiker für Persönlichkeitsbildung und Mediator.



SYSTEMUM BIETET NOCH MEHR

- Familienaufstellungen
- Systemaufstellungen
- Systemisches Coaching
- Team- & Organisationsaufstellungen
- Konfliktmanagement
- Seminare
- Life - & Selfmanagement

Informationen zu unseren Angeboten
finden Sie auf:

www.SYSTEMUM.de

Potenzial entfalten,
Ziele erreichen.



Volker Wittler
Paderborner Str. 21
44143 Dortmund
Telefon.: 0231 - 477 00 50
volker.wittler@systemum.de

www.LianQi.de



Entweder wir finden einen Weg,
oder wir gestalten einen.

www.systemum.de

Wann ist Coaching das Richtige für Sie?



Wenn Sie Ihre beruflichen und persönlichen Aufgaben effizienter wahrnehmen möchten. Wenn Sie sich im Kreis drehen und einfach nicht weiterkommen oder sich bestimmte Situationen immer wiederholen und der wahre Grund nicht erkennbar ist, dann ist ein Personal Coaching genau das Richtige.

Wir begleiten Sie Lösungswege für Ihre Anliegen zu finden, ihr persönliches Potential, ihre Fähigkeiten zu entfalten. Wir mobilisieren Ihre Ressourcen, nutzen diese für Integrationsprozesse. Wir gestalten gemeinsam eine Neuorientierung, Verhaltensänderung und bringen Prozesse der Persönlichkeitsentwicklung voran. Es eröffnen sich neue Sichtweisen, wodurch sie in der Lage sind in schwierigen Situationen kompetent und reflektiert zu handeln, aber auch ihr Lebenskonzept zu überdenken und neu zu strukturieren. Sie begegnen neuen Herausforderungen privat und beruflich gelassener und erfolgreicher.

Coaching-Methoden

Um für Sie das bestmögliche Ziel zu erreichen, greifen wir auf verschiedenen Methoden zurück und stimmen diese auf Ihre Bedürfnisse ab. Die Kombination aus folgenden Methoden hat sich bewährt:

- Neuro Linguistisches Programmieren (NLP)
- Systemische Ansätze inkl. Familien- und Organisationsaufstellungen
- "The Work" of Byron Katie
- Ansätze der Mediation
- Ansätze aus EFT, Transaktionsanalyse und gewaltfreier Kommunikation

Wie läuft ein Coaching bei SYSTEMUM?



KENNELERNEN

Zu Beginn jedes Coaching-Prozesses steht das unverbindliche Kennenlernen im Rahmen eines 30-minütigen Termins.

ZIELDEFINITION

Ein Coaching ist erfolgreich, wenn Sie Ihre eigenen Ziele umgesetzt haben. Eine Ziel-Definition kennzeichnet daher den Beginn des eigentlichen Coachings.

ZEITHORIZONT, SCHWERPUNKTE

Ohne Verpflichtung entscheiden Sie, wann der richtige Zeitpunkt gekommen ist, den nächsten Schritt zu gehen oder an dem bereits erreichten Ergebnis anzuknüpfen.

EINZELNE COACHING EINHEIT

Zu jeder Coaching Einheit wird geklärt, welches Ziel heute erreicht werden soll. Die Arbeit fokussiert sich darauf: Was brauchen Sie für das Ziel? Welche Stärken, Kenntnisse Erfahrungen bringen Sie mit?

ABSCHLUSS DES COACHING PROZESS

Den Abschluss bilden die Reflektion und Evaluation der Zielerreichung und ggf. der Ausblick auf weitere mögliche Schritte.



Welche Ziele möchten Sie erreichen?



- Arbeits- und Lebensqualität verbessern
- emotionale, kommunikative Kompetenz in Privat- und Berufsleben entwickeln
- persönliche Identität finden und integrieren
- die Selbstorganisation verbessern
- neue Sichtweisen entwickeln
- kreative Klärungsprozesse und Entscheidungsfindungen vorantreiben
- Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwertempfinden
- professionelle Selbstverwirklichung
- Übergänge erfolgreich gestalten (Aufstieg, Berufswechsel, Rente, usw.)
- Krisen, Überforderungssituationen konstruktiv bewältigen
- Ruhe, Gelassenheit und Zuversicht im Berufsalltag und Privatleben entwickeln
- die eigene Führungsrolle aktiv und konstruktiv gestalten
- Führungsstrategie verbessern
- schwierige Situationen meistern
- einen optimalen Umgang bei Stress und Überlastung finden
- Herausforderungen bewältigen
- Angst vor Konfrontationen überwinden
- Motivationskrisen überwinden
- erfolgreiches Change Management
- Konflikte mit Kollegen, Mitarbeitern, Vorgesetzten sowie der Familie lösen.

Gemeinsam den inneren ErLebensraum neu gestalten.