

Wissenswertes über Coaching

Coaching ist ...

eine personenzentrierte Form der Beratung und Begleitung von Menschen, die berufliche und persönliche Ziele erreichen wollen und nach Lösungen für bestehende Probleme suchen.

Einzelcoaching

- Anliegen
- Sitzungen dauern 1 – 2 Stunden
- 2 – 8 Coaching-Sitzungen
- Abstand von 1 – 4 Wochen

Coaching in Kleingruppen

- Kleingruppen von 3 – 5 Personen
- Sitzungen dauern 2 – 4 Stunden
- Bearbeitung von gemeinsamen und individuellen Fragestellungen
- untereinander geführter Erfahrungsaustausch
- Abstand von ca 4 Wochen