

Personal & Executive Coaching

Individuelles Coaching • Persönliches Coaching
Professionelles Coaching • Unternehmerberatung

*Karriereplanung, Führungskultur, Konfliktlösung,
Betriebspsychologie, einen Mentor, Vertrauten zu
haben
- das alles ist Teil des Coachings.*

Professioneller & Individueller Coach

CORINNE WOLL, Master of Arts
Supervisorin & Coach
Verhaltens- und Kommunikationstrainerin



- Persönliche Information
- Was ist Individuelles Coaching eigentlich?
- Aus welchen Gründen würden Sie mit einem Coach arbeiten?
- Weshalb sollten Sie mit mir arbeiten?
- Wie sieht die Zusammenarbeit mit mir aus?
- Erfolgreiches Coaching beginnt mit einer guten Verbindung.

Persönliche Information

Der Großteil meines Coachings findet im persönlichen Dialog statt. Ich binde auch Telefon, Email und Chat mit ein. Diese Modalitäten ermöglichen es, mit Menschen in unterschiedlichen Orten zu arbeiten und auch in Krisensituation miteinander im Kontakt zu sein.

Ich arbeite unter anderem mit

- Unternehmensinhabern
- Managern in jeglichen Organisationen
- Angestellten und Geschäftsführern
- Existenzgründern
- Führungskräften / Nachwuchsführungskräften
- Aktiven Beratern, Coaches, Mentoren und Consultants
- Freiberuflichen aus unterschiedlichen Branchen
- Menschen, die an einem Entscheidungspunkt in ihrer Karriere stehen

Ich arbeite gerne mit den unterschiedlichsten Klienten zusammen und sehe es als meine Aufgabe, Ihnen durch unsere Zusammenarbeit dabei zu helfen, dass es Ihnen in herausfordernden Gebieten besser geht und Sie erfolgreicher werden in dem was Sie tun.

Was ist Individuelles Coaching eigentlich?

Individuelles Coaching ist eine Zusammenarbeit, die Sie mit hilfreichen Feedback (Rückmeldung), mit Einsicht und mit Beratung von einem unbeteiligten Standpunkt aus versorgt. Ein individueller Coach ist Ihr Vertrauenspartner, der Sie und Ihre berufliche sowie persönliche Umgebung nicht nur versteht, sondern vielmehr für Sie neue Sichtweisen und Herausforderungen vorschlägt. Daraus ergeben sich für Sie neue, bisher unbekannte Möglichkeiten sowie produktivere und zufriedenstellendere Wege des Handelns und Seins. Einen persönlichen Coach als Partner zu haben erweitert Ihren Handlungsspielraum drastisch.

Ernsthafte Athleten, öffentliche Amtsträger und Schauspieler arbeiten seit langem mit Trainern oder professionellen Coaches, die ihnen dabei helfen, in ihrem Beruf weiterzukommen. Diese Menschen sind sich bewusst, dass ihre Leistung, ihr Verhalten und auch, wie sie von der Umwelt wahrgenommen werden, von konstruktivem Feedback von außen abhängt. Kein ernsthafter Athlet oder Schauspieler würde ohne die Partnerschaft mit einem professionellen Coach oder Mentor arbeiten. Diese Art der Zusammenarbeit bringt Ihnen Rückmeldung, Klarheit, Überblick, und Inspiration.

Innerhalb der letzten Jahre hat diese Art der professionellen Partnerschaft in der Geschäftswelt Fuß gefasst. Angestellte, Freiberufliche, Manager, Geschäftsführer und Firmenbesitzer engagieren - auch in Deutschland - zunehmend Coaches, die ihnen als Vertraute dabei helfen, Herausforderungen zu meistern und ihre persönlichen wie geschäftlichen Ziele zu erreichen.

Der Mythos, dass das Ersuchen und Annehmen von Unterstützung von außen ein Zeichen der Schwäche ist, ist genau das: ein Mythos. Manchmal sind die Mythen, mit denen wir leben, nicht hilfreich. Denken Sie darüber nach: sind Schauspieler oder Athleten, die Unterstützung von außen annehmen, schwach und unfähig? Ich glaube, nicht. Das Ersuchen und Annehmen von Unterstützung von außen ist ein Zeichen der Stärke und der Bereitschaft, vorwärts zu kommen.

Ein Coach dient Ihnen als

- Diskussionspartner
- Feedback- und Lösungsanbieter
- Vorbild und Sparringspartner
- Begleiter (auch bei Mitarbeitergesprächen)
- Mentor
- Motivierer
- Vertrauter
- Wegaufzeichner
- Berater

Anders als der konventionelle Consultant oder Unternehmensberater, den Sie als Spezialisten für spezifische Aufträge engagieren, ist Ihre Zusammenarbeit mit einem persönlichen Coach eine Partnerschaft - kollaborativ und über einen bestimmten Zeitraum andauernd. Diese Art der Partnerschaft ermöglicht es Ihrem Coach, einen tieferen Einblick in Ihr (Arbeits-) Leben und Ihre Person zu gewinnen. Dadurch ist Ihr Coach in der Lage, als Vertrauter und Mentor Ihre Kerninteressen wahrzunehmen und wahrlich für Sie zu arbeiten.

Unter strikter Vertraulichkeit arbeiten Sie mit Ihrem eigenen Coach zusammen an den Dingen, die Ihnen am wichtigsten sind.

Aus welchen Gründen würden Sie mit einem Coach arbeiten?

Bedenken Sie einmal, wie viel Zeit Ihres Lebens Sie arbeitend verbringen! Ihr Arbeitsleben sollte Ihnen die Zufriedenheit geben, die Sie verdienen, meinen Sie nicht auch?

Sie mögen individuell verschiedene Beweggründe haben, mit einem professionellen Coach zusammen zu arbeiten, zum Beispiel:

- Sie sehen sich plötzlich unvorhergesehenen Herausforderungen in Ihrem Leben gegenüber
- Sie möchten Ihre Präsentations- und Leitungskompetenz erweitern
- Sie sind an einer Kreuzung in Ihrem Leben und wollen die richtige berufliche Entscheidung treffen
- Sie sind nur am Rennen und finden die Zeit nicht, das Ihnen wirklich Wichtige zu tun
- Sie fühlen sich verhaftet in Ihrer Routine und möchten Ihre Freiheit wiedererlangen
- Sie sind überwältigt von den ganzen Ansprüchen, die an Sie gestellt werden
- Sie haben herausfordernde Beziehungen zu Ihren Mitarbeitern, Angestellten oder Vorgesetzten
- Sie müssen plötzlich mit Situationen zurechtkommen, für die Sie nicht ausgebildet sind
- Sie möchten Ihre Effizienz erhöhen und besser organisiert sein

Ein persönlicher Coach bietet Ihnen eine Perspektive, die Ihnen Klarheit und Überblick über Ihre eigene Situation verschafft. Da ich als Ihr Coach nicht Teil ihrer Arbeitswelt bin, ist es mir möglich herausfordernde Themen anzusprechen und gleichzeitig für Sie positive und realistische Wege zur konstruktiven Veränderung aufzuzeigen.

Wenn Sie mit einem professionellen Coach zusammen arbeiten, werden Sie

- bessere Entscheidungen treffen
- sich selber realistischere Ziele setzen
- diese Ziele innerhalb kürzerer Zeit erreichen
- Konflikte besser lösen
- den Stress in Ihrem Leben reduzieren
- besser mit Ihren Mitarbeitern und Kollegen zurechtkommen
- höhere Leistungen generieren
- Ihre Zufriedenheit mit Ihnen selbst und Ihrem Arbeitsleben erhöhen
- es schaffen, Ihre eigenen Wertvorstellungen, Ihre Individualität und Ihre Ideale mit Ihren täglichen Aktivitäten in Übereinstimmung zu bringen

Kurz gesagt - wenn Sie mit einem individuellen Coach zusammenarbeiten, kriegen Sie mehr von Ihrem Leben. Sie erreichen Ihr persönliches und professionelles Potential und schöpfen dieses voll aus.

Weshalb sollten Sie mit mir arbeiten?

Weil ich über folgende Eigenschaften verfüge:

- die Kenntnis der gegenwärtigen Wirtschaft und ihrer innerbetrieblichen wie auch zwischenbetrieblichen Wettbewerbsatmosphäre
- Einsicht in die menschliche Psychologie, menschliches Verhalten und zwischenmenschliche Beziehungen
- die Erfahrung **fünfzehnjähriger Tätigkeit** als Coach, Supervisorin, Mentorin und Vertraute
- die Klarheit und den Überblick, Ihnen realistische Wege zur Optimierung darzulegen
- die Bereitschaft, lösungsbedürftige Bereiche zu identifizieren und konkrete Lösungsansätze aufzuzeigen
- das Interesse und die Flexibilität, mit Ihnen in „die“ Richtung zu gehen, in die Sie gehen wollen
- die Fähigkeit, Ihnen wirklich zuzuhören
- Humor
- ein hohes Maß an Integrität
- strikte Vertraulichkeit
- Offenheit für das Unerwartete und das Ungewöhnliche
- die Fähigkeit und das Interesse, wirklich für Sie da zu sein

Ich betrachte meinen Beruf als eine Möglichkeit der Bereicherung: Sie erhalten einen wertvollen Service, eine produktive Dienstleistung - und es ist auch für mich erfüllend, Sie dabei zu unterstützen, Ihre Herausforderungen zu meistern und Ihre Ziele zu realisieren.

Ich arbeite für Sie. Die Erfolgsberichte und Empfehlungen von ehemaligen und gegenwärtigen Klienten sprechen für die positiven Veränderungen, die unsere Zusammenarbeit in Ihrem Arbeits-/ Leben erwirken kann.

Wie sieht die Zusammenarbeit mit mir aus?

Generell

Unser Erstkontakt ist persönlicher Art. Ein anfängliches, etwa halbstündiges Gespräch ermöglicht uns, gemeinsam die Veränderungs- und Entwicklungsziele zu definieren. Meistens treffen wir uns persönlich; es ist jedoch möglich, sich in kritischen Situationen auch telefonisch auszutauschen.

Der Großteil meines Coachings findet außerhalb Ihrer Arbeitsumgebung statt. Auf diese Weise können wir uns in kompletter Vertraulichkeit auf konzentrierte Weise austauschen - ohne die Ablenkungen und gesellschaftlichen "Regeln", die bei einem Treffen im gleichen Raum immer zwangsläufig dabei sind.

Ich begrüße unvereinbarte und spontane Emails zwischen vereinbarten Treffen, da auch Ihr Berufsleben sicher voll von Überraschungen ist - und wichtige Themen können eben oft nicht bis zum nächsten vereinbarten Termin warten. Hier sind einige Dinge, die ich mir von Ihnen wünsche, und andere, die ich in unserer Zusammenarbeit nicht erwarte.

Was ich mir von Ihnen wünsche:

- dass Sie mich als Quelle nutzen und voll beanspruchen
- dass Sie Ihnen selbst und mir gegenüber ehrlich sind
- dass Sie eine Bereitschaft für Veränderung zeigen
- dass Sie gemeinsam getroffene Entscheidungen auch durchziehen
- dass Sie sich auf mindestens 5 Sitzungen einlassen

Was ich nicht erwarte:

- eine Verpflichtung für einen bestimmten Zeitraum
- eine monatliche Pauschalgebühr (kann vereinbart werden)
- Zahlung im Voraus (kann vereinbart werden)

Mein Kostensatz beträgt € 149 pro Stunde (à **55** Minuten) / € 195 pro Sitzung (à **90** Minuten). Ich berechne meine Kosten zurückhaltend, d.h. zum Beispiel, dass für Ihre spontanen Anrufe zwischendrin für Sie keine Kosten anfallen. Auch für das Durchsehen von arbeitsbezogenen Materialien, die Sie mir überlassen (Konzepte, Gesprächsnotizen, Entwurfsvorlagen, Gesprächsstrategien, Dienstpläne, Verträge, Berichte, Briefe, usw.) um mir mehr Einsicht in Ihr Arbeitsleben zu gewähren, berechne ich nichts. Sondervereinbarungen besprechen wir gerne persönlich miteinander. Fahrtkosten (0.58 €/km) stelle ich Ihnen nur dann in Rechnung, wenn uns mehr als 25 km voneinander trennen und Sie es bevorzugen, dass ich zu Ihnen komme. Alle Preise verstehen sich zzgl. gesetzl. Umsatzsteuer.

Auf Wunsch können wir auch ein festes Stundenkontingent vereinbaren, das Ihnen einen attraktiven Rabatt gewährt.

Wie sieht die Zusammenarbeit mit mir aus?

Im Detail

Nachdem wir Kontakt hergestellt und uns bereits persönlich unterhalten haben, sollten wir einen guten Eindruck von einander und von der Qualität unserer Verbindung haben. Wenn wir uns entscheiden, zusammen zu arbeiten - und bevor wir uns mit dem eigentlichen Inhalt auseinandersetzen - umreißen wir das "Wie?" unserer Zusammenarbeit. Dieses "Wie?" beinhaltet den Ort (Hannover oder in Ihrer Region), die Häufigkeit unserer Treffen und grundsätzliche Vereinbarungen.

Nachdem wir uns auf eine grundsätzliche Weise der Zusammenarbeit geeinigt haben, vereinbaren wir ein erstes Treffen, zu welcher Zeit unsere Zusammenarbeit dann 'offiziell' beginnt. In Vorbereitung auf dieses erste Treffen wünsche ich mir von Ihnen, dass Sie sich die Zeit nehmen, über folgendes Klarheit zu gewinnen:

- 1. was hat Sie dazu bewogen, einen individuellen Coach zu suchen?**
- 2. welche Situation oder Dynamik - im Detail - möchten sie bearbeiten?**
- 3. was genau möchten Sie durch unsere Zusammenarbeit erreichen?**

Die Klarheit in diesen 3 Punkten gibt uns einen guten Start für eine erfolgreiche Zusammenarbeit, die es Ihnen möglich macht, Ihre Ziele zu erreichen. Von hier ab werden sich unsere weiteren Treffen entweder mit im Voraus entschiedenen Themen befassen oder dort ansetzen, wo das jeweils letzte Treffen aufgehört hat. Und oft kann es - entgegen aller gutgemeinten Planung - akut darum gehen, was für Sie im Moment wichtig ist. Gelegentliche Aufgaben für den Zeitraum zwischen den vereinbarten Treffen helfen Ihnen dabei, Ihr Ziel nicht aus den Augen zu verlieren.

Die gesamte Dauer unserer Zusammenarbeit ist nicht von vornherein festgesetzt. Sie kann von ein paar Stunden bis zu ein paar Jahren reichen.

Ich werde Ihre Alliierte sein und wir werden zusammen daran arbeiten, Ihre Ziele zu erreichen.

Erfolgreiches Coaching beginnt mit einer guten Verbindung.

Ihre Fragen beantworte ich Ihnen gerne unter der Ruf-Nr. (05 11) 23 540 75
Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Ihnen!



Corinne Woll