

AUS DEM VOLLEN SCHÖPFEN

Der Coaching-Kurs für deine berufliche Entwicklung

Ein Online-Kurs: Muss ich da technisch versiert sein?

Nein. Zoom ist ein sehr einfaches Programm. Du bekommst von mir ein Link zugeschickt, klickst dies zur verabredeten Zeit an – und schon bist du dabei. Wenn du möchtest, probieren wir es vor unserem ersten Zoom-Kurs-Treffen auch gerne einmal aus.

Online-Treffen klingen unpersönlich.

Ganz ehrlich: Das dachte ich anfangs auch. Aber nun sehe ich: Eine kleine Gruppe mit 8 bis 10 Menschen ist sehr nett im Online-Treffen. Man sieht alle. Und: In jedem Treffen gibt es kleine Zweier-Übungen, so dass wir uns sehr persönlich austauschen. Viele sagen, es sei total verblüffend, wie tiefgehend die Gespräche sind. Vielleicht gerade, weil man zu Hause in seiner gewohnten Umgebung sitzt und sich so sehr gut konzentrieren und einlassen kann. Die sehr persönlichen 1:1-Coachings mit mir machen die Sache natürlich auch sehr individuell und verbunden.

Warum sind zwischen den Meetings zwei bis drei Wochen Zeit?

Das Besondere an diesem Coaching-Kurs ist, dass wir den Veränderungsprozess gemeinsam gehen. Häufig ist es in Tagesseminaren ja so, dass wir einen sehr starken Impuls spüren, was wir machen möchten – doch im Alltag verpufft die Energie. Hier bleibst du an deinem Projekt oder Wunsch dran, weil du Zeit hast, dass sich etwas entwickelt. Weil wir zwischen den Zoom-Meetings per Email in Kontakt sind und du dich auch mit einer Peer-Partnerin austauschen kannst, bleibst du am Thema dran, ohne dich damit zu stressen.

Wie lange gehen die Zoom-Workshops?

Ein Zoom-Treffen ist 60 bis 75 Minuten lang.

Was mache ich, wenn ich im Workbook nicht voran komme oder eine Übung schwierig finde?

Dann meldest du dich einfach bei mir. Ich helfe dir.

Warum ein Gruppen-Coaching-Kurs – wäre Einzelcoaching nicht sinnvoller?

„Meine Perspektive durch die anderen zu erweitern, war eine großartige Bereicherung in diesem Kurs.“, erzählt eine Teilnehmerin. Es ist enorm stärkend und auch beflügelnd, wenn wir uns mit Personen austauschen, die sich mit ähnlichen Themen beschäftigen. Das habe ich selbst schon so oft erlebt. Natürlich ist es auch toll, wenn man sich ganz intensiv mit einem Coach zu den persönlichen Entwicklungsideen austauscht. Deshalb habe ich diesen Kurs als Mischung aus 1:1-Coachings und der Arbeit in der kleinen Gruppe konzipiert. Sozusagen das Beste aus zwei Welten.

Kann ich auch in Raten die Kursgebühr bezahlen, falls es gut für mich wäre?

Das kannst du gerne tun. Und es gibt auch einen Sozialpreis. Sprich mich an.

Werden die Treffen aufgezeichnet?

Nein. Wir tauschen uns sehr persönliche und vertraulich aus. Deshalb zeichne ich nichts auf. Aber bisher haben wir immer eine gute Lösung gefunden, falls du an einem Termin verhindert bist.

Welche Qualifizierung als Coach hast du?

Ich bin zertifizierte Trainerin/Coach (Schulz-von-Thun-Institut, Hamburg) sowie zertifizierte Trainerin für multimodale Stressprävention (Helen-Heinemann-Institut). Als Autorin habe ich über zehn Sach- und Fachbücher rund um die Themen Berufliche Entwicklung | Arbeit und Gesundheit | Älterwerden geschrieben. In Unternehmen gebe ich als Trainerin Workshops für Führungskräfte und Beschäftigte und arbeite in verschiedenen Beratungs- und Trainingsinstituten. [Hier](#) findest du mein ausführliches Profil, hier meine [Homepage](#) als Referentin & Trainerin.

Vielleicht hast du weitere Fragen – oder möchtest einfach mit mir telefonieren? Schreibe mir sehr gerne: kontakt@carolakleinschmidt.de

Langsam füllt sich der nächste Kurs. Ich freue mich, wenn du auch dabei bist. Herzliche Grüße und einen schönen Tag für dich.

Deine

Carola