AKADEMIE ZIELWÄRTS

Coaching, das zu Ihnen passt.

Ein persönlicher Weg zu mehr Klarheit, Selbstwirksamkeit und Entwicklung.

Nicht jedes Thema braucht einen Workshop. Manchmal hilft ein geschützter Gesprächsraum, um die eigene Situation zu sortieren, neue Perspektiven zu gewinnen und konkrete Schritte zu entwickeln.

Für wen ist unser Coaching gedacht?

Führungskräfte: Führungsidentität, anspruchsvolle Gespräche, Entscheidungen, Konflikte, emotionale Intelligenz und Selbstführung.

Mitarbeitende: Kommunikation, Selbstvertrauen, berufliche Positionierung, Veränderungen, Stärken und Resilienz.

Privatpersonen: Persönliche Ziele, Übergänge, Grenzen, Beziehungen und neue Perspektiven.

Was Coaching bei uns auszeichnet

Wir verbinden individuelle Reflexion mit praxistauglichen Methoden und achten auf den Menschen hinter der Herausforderung. Entscheidend ist nicht die Anzahl der Sitzungen, sondern das gemeinsam geklärte Ziel.

Drei Fragen zum Einstieg

1. Was beschäftigt mich gerade am meisten?

2. Was möchte ich durch das Coaching verändern oder besser verstehen?

3. Woran würde ich merken, dass sich das Coaching für mich gelohnt hat?

AKADEMIE ZIELWÄRTS

Mögliche Coaching-Schwerpunkte

Führung & Verantwortung

- Die eigene Führungsrolle klären und authentisch ausfüllen
- Schwierige Gespräche und Konflikte souveräner führen
- Entscheidungen treffen und Mitarbeitende wirksam begleiten

Emotionen & Kommunikation

- Eigene Emotionen verstehen und regulieren
- Empathisch kommunizieren und Grenzen klar ausdrücken
- Beziehungen und Zusammenarbeit konstruktiv gestalten

Resilienz & Selbstführung

- Mit Belastung und Veränderung bewusster umgehen
- Ressourcen, Bedürfnisse und persönliche Prioritäten erkennen
- Handlungsspielräume im Alltag stärken

Berufliche Entwicklung

- Eigene Stärken und Werte erkennen
- Berufliche Positionierung und nächste Schritte klären
- Sicher und authentisch auftreten

Persönliches Wachstum

- Selbstvertrauen und innere Klarheit entwickeln
- Entscheidungen und Übergänge reflektieren
- Neue Perspektiven und alltagstaugliche Handlungsschritte finden

AKADEMIE ZIELWÄRTS

Formate & nächste Schritte

Präsenz oder online?

Coachings sind in Präsenz in Hürth-Gleuel bei Köln sowie online über Microsoft Teams oder Zoom möglich. Welche Form am besten passt, klären wir gemeinsam.

Dauer und Konditionen

Auf der Website werden ein kostenfreies telefonisches Erstgespräch (15 Minuten), eine Einzelsitzung (90 Minuten) und eine Intensivsitzung (180 Minuten) angeboten. Die konkreten Konditionen und der Rhythmus werden passend zu Ihrem Anliegen vereinbart.

Unsere Coaching-Schwerpunkte im Team

Hannah Stoverink: Berufliche Positionierung, Führung und persönliches Wachstum.

Michelle Häger: Emotionscoaching und Glück.

Caroline Betz: Körper, Stimme und persönliche Präsenz.

So starten Sie

1. Beschreiben Sie im Coachingnavigator Ihr Anliegen in wenigen Stichworten.

2. Wählen Sie Format, zeitliche Wünsche und die bevorzugte Kontaktmöglichkeit.

3. Wir melden uns für die persönliche Abstimmung und klären gemeinsam, ob und wie Coaching für Sie sinnvoll ist.

Akademie Zielwärts GmbH
Burgstraße 21 · 50354 Hürth
www.akademiezielwaerts.de/coaching
h.stoverink@akademiezielwaerts.de

Hinweis: Coaching ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung. Im Anfrageformular benötigen wir keine Diagnosen oder anderen sensiblen Gesundheitsangaben.