



**Susanne Niederberger**  
Supervisorin (SG, DGSv, EKFuL)  
Systemischer Coach (SG)

Pleimesstr. 7  
53129 Bonn  
Tel: 0228 - 2499965  
Mobil: 0177 - 8378847  
info@loesungs-schmiede.de  
www.loesungs-schmiede.de

## Systemisch-lösungsorientiertes Coaching

Coaching ist ein zielorientiertes Beratungskonzept für Führungskräfte und Selbstständige. Coaching bietet Ihnen in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit, sich selbst und Ihr Führungsverhalten zu hinterfragen, ohne Ihr „Führungsgesicht“ zu verlieren.

Im Führungsalltag entsteht oft eine Mischung zu lösenden Sachfragen, vorgegebenen Zielen und angeordneten Veränderungen, eigenen Wünschen und Einstellungen, Konflikten und Gefühlen. Im Coaching bietet sich Ihnen die Möglichkeit, diese Gemengelage mit einem neutralen Gegenüber reflektierend zu sortieren, dabei neue Perspektiven zu entwickeln und Handlungsmöglichkeiten durch zu spielen.

In Organisationen wird Coaching als Instrument der Personalentwicklung genutzt, um Führungskräfte individuell zu unterstützen und zu fördern.

### Der Nutzen von Coaching liegt in der

- Höheren Leistungsfähigkeit
- Besseren Arbeitsqualität
- Erweiterung von Kompetenzen und Handlungsoptionen
- Reflexion von komplexen Arbeitszusammenhängen
- Klärung und Nutzung von Konflikten
- Unterstützung bei weit reichenden Entscheidungen
- Vorbereitung auf schwierigen Gesprächen

### Coaching schafft

- Handlungsvielfalt und Flexibilität
- Höhere Motivation
- Persönlichkeitsentwicklung
- Übersichtlichkeit und Perspektiven
- Strategien für Gespräche und schwierige Situationen

- Durchhaltevermögen für die täglichen Herausforderungen
- Zuversicht bei Veränderungen
- Entlastung und Berufszufriedenheit
- Verbessertes Betriebsklima

### **Eine Auswahl von Anlässen für ein Coaching**

- Die ersten 100 Tage in der 1. Führungsrolle
- Übernahme von neuen Aufgaben
- Präventive Stressbewältigung durch Work-Life-Balance
- Dauernde oder schwerwiegende Konflikte
- Stabilisierung von Arbeits- und Kundenbeziehungen
- Coaching nach Leistungsbeurteilung
- Begleitung bei Veränderungen in der Organisation
- Abwägen von weit reichenden Entscheidungen
- Vorbereitung von wichtigen Präsentationen, Vorträge, Prüfungen etc.
- Verbesserung der persönlichen Kommunikationsfähigkeit
- Absicherung der Arbeitsfähigkeit in emotional belastenden Situationen

### **Einige Warnsignale können daraufhin deuten, dass bereits Probleme oder eine überfordernde Situation vorhanden sind. Hier kann Coaching als Krisenintervention hilfreich sein bei:**

- Hohem Krankenstand in Zusammenhang mit Burn-out
- Erhöhter Fehlerquote
- Suchtmittelmissbrauch
- Krisen ausgelöst durch Krankheit, Scheidung,
- Tod eines Angehörigen, Kündigung, etc.
- Rückzug aus dem Team
- Dienst nach Vorschrift
- Permanenter Unpünktlichkeit
- Fehlender Abgrenzungsfähigkeit
- Anhaltender Unzufriedenheit und „Launenhaftigkeit“

## **Mögliche Themen**

- Führungskompetenz
- Zeitmanagement
- Emotionales Selbstmanagement
- Selbstsicherheit
- Stressbewältigung
- Work-Life-Balance
- Motivation
- Rhetorik/Präsentation
- Teamarbeit
- Konfliktmanagement
- Gelungene Kommunikation und Beziehungsgestaltung
- Entwicklung von Visionen und Formulierung von Zielen
- Berufliche Neuorientierung
- Lebens- und Karriereplanung

## **Ich biete Coaching für**

- Führungskräfte
- Führungsnachwuchskräfte
- Selbstständige
- Teamleiterinnen und –leiter
- Projektleiterinnen und -leiter
- Gruppen mit Personen aus gleichen oder ähnlichen Arbeitsfeldern.

## **Coachingprozess**

Am Beginn eines Coachingprozesses steht immer ein unverbindliches und kostenloses Vorgespräch. In betrieblichen Kontexten nehmen daran der oder die auftraggebende Vorgesetzte und die Führungskraft teil. Es werden die folgenden Details geklärt:

- Arbeitskontext und Anlass für die Coachinganfrage
- ggf. private und gesundheitliche Situation
- Ziele von der/dem Vorgesetzten und der Führungskraft
- Auftragsklärung: Wie kann ich Sie bei der Zielerreichung unterstützen?

In der Regel hat ein Coachingprozess 5 - 10 Sitzungen à 90 Minuten; je nach Bedarf und Vereinbarung. Die Abstände zwischen den einzelnen Sitzungen orientieren sich an Ihren Möglichkeiten. In einem Vertrag regeln wir die Ziele, Dauer, Intervalle, Feedbackgespräche, Erfolgssicherungsgespräche nach dem Coaching, Kosten usw.

In den einzelnen Coachingsitzungen reflektieren wir Ihre Probleme und Anliegen und erarbeiten neue Perspektiven, Haltungen und Verhaltensweisen. Wir treffen Vereinbarungen für die Umsetzung von ersten konkreten Lösungsschritten zwischen den einzelnen Sitzungen.

Je nach Länge des Prozesses findet in der Halbzeit eine Zwischenauswertung statt. Der Coachingprozess schließt mit einem Auswertungsgespräch ab, in dem der gesamte Prozess rückblickend reflektierend ausgewertet wird. Im betrieblichen Kontext findet dieses Auswertungsgespräch zusammen mit dem oder der Vorgesetzten statt. Nach Abschluss des Coachings ist es empfehlenswert, in bestimmten Abständen Gespräche zur Erfolgssicherung durchzuführen.

## **Mein Beratungsansatz**

Meine Art zu beraten ist durch das systemisch-lösungsorientierte Denken geprägt. Statt einer langen Problemanalyse beleuchte ich den Kontext Ihres Anliegens, um dann mit Ihnen an Ihren Anliegen und Zielen zu arbeiten. Dabei sind Sie für die Erreichung Ihrer Lösungen verantwortlich und ich für die Gestaltung unseres Arbeitsprozesses. Ich arbeite hauptsächlich mit:

- systemischen und lösungsorientierten Fragen
- Genogramm-/Organigrammarbeit
- Verschiedenen lösungsorientierten Aufstellungsformen
- Kreativen Methoden, Geschichten und Metaphern
- Beobachtungs- und Handlungsaufgaben

Ich lege Wert auf die konkrete Klärung von Zielen, Auftrag und Verantwortlichkeiten. Dies bedeutet in betrieblichen Kontexten eine klare Abstimmung durch Dreiecksverträge. Es ist mir ein Anliegen, meine Vorgehensweise transparent zu machen, so dass ich Sie in fachlicher wie in menschlicher Hinsicht unterstützen kann. Dies bedeutet für mich,

**Sie nicht wie eine Maschine zum Funktionieren zu bringen,  
sondern Sie dabei zu unterstützen  
Wege und Lösungen zu finden,  
die zu Ihnen als Mensch  
mit Ihrer Persönlichkeit in diesem Arbeitskontext passen.  
Und die deshalb umsetzbar und lebbar  
und somit für die Organisation nutzbringend sind.**

Detaillierte Informationen zu meinem Beratungsansatz finden Sie im Downloadbereich unter *Arbeitsweise*. Für Rückfragen zum Thema Coaching stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.