

Coaching ist mehr als ein Modewort

Coaching ist eine lösungsorientierte Beratungsform und steht dafür, das Leben aktiv zu gestalten. Es ist gefüllt mit den kraftvollen Verben «fördern», «entdecken», «entwickeln», «stärken», «reflektieren» und «umsetzen».



Coach Susanna Knutti: Ihr Beratungskonzept ist aufgebaut auf der Grundlage der Individualpsychologie von Alfred Adler.

Coaching verwandelt Last in Lust

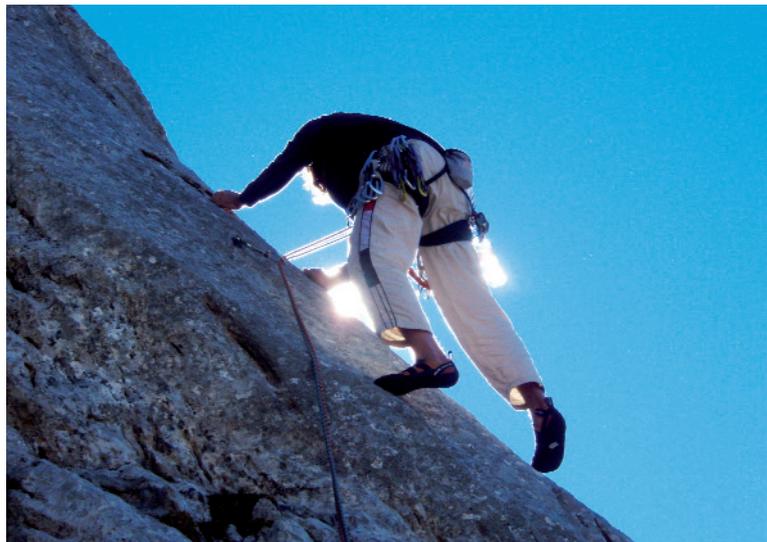
Viele Menschen empfinden den Anspruch, Verantwortung für das eigene Denken und Handeln zu übernehmen, eher als bedrückend denn als beglückend.

Im Coaching werden durch gezielte Fragen Zusammenhänge zwischen Denken und Handeln auf einfache und verständliche Art erkannt und begreifbar gemacht. Es ist eine spannende Entdeckungsreise in unsere inneren Überzeugungen, begleitet von Aha-Erlebnissen und Verständnis. Dabei entstehen Freude und Lust am Erkennen und Verändern. Man entdeckt, dass das eigene Denken die Grundlage der Lebensgestaltung und des Verhaltens ist. Einfluss nehmen steigert die Lebensfreude und setzt kreative Energien frei.

Coaching unterstützt die Selbstreflexion auf eine so positive Weise, dass Sie Freude bekommen, Neues in Ihnen zu entdecken, anderes Verhalten einzuüben und hindernde Denk- und Handlungsmuster neu zu gestalten. Coaching ist ein Weg zu mehr Lebensfreude und Kompetenz im Umgang mit den Lebensaufgaben und Mitmenschen.

Meine Rolle als Coach

Wir arbeiten zusammen als gleichwertige Partner und ich begleite und unterstütze Sie darin, Ihre optimale Lösung zu finden und zu realisieren. Ich arbeite im Dialog durch «die richtigen» Fragen, durch Reflexionsinstrumente, immer in der Haltung, dass der Erfolg in Ihnen ist, gemeinsam machen wir ihn fassbar.



Entdecken Sie, wie Sie an Herausforderungen und Problemen Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen trainieren – und dabei Spass haben.

Coaching ist so praktisch und individuell wie Sie und Ihr Leben selbst. Wir arbeiten mit aktuellen Beispielen und Fragestellungen aus Ihrem Leben und kreieren die Umsetzung in Ihrem Umfeld.

Coaching ist für jede Person, die

- mehr erreichen will;
- Lebens- und Beziehungsqualitäten aktiver gestalten will;
- bereit ist, sich neu von sich selbst überraschen zu lassen und über Bisheriges hinaus zu wachsen.

Coaching unterstützt Sie optimal in Entscheidungsprozessen, bei Konfliktsituationen und Veränderungen. Sie sind es sich wert!

Text und Bilder: zvg

FEEDBACK EINER KLIENTIN

Als Resultat vom Coaching habe ich mir eine anspruchsvollere Arbeitsstelle zugetraut. Ich bin mutiger und selbstsicherer geworden, indem ich Fähigkeiten von mir erkannt habe und sie im Berufs- wie im persönlichen Leben eingesetzt habe.

Sabine Freydig, Blankenburg, Küchenleiterin in einem Pflegeheim

COACHING 4 LIFE

Susanna Knutti, dipl. Coach SCA, Aumattweg 52, 3613 Steffisburg

www.coaching-4-life.ch

Mobile: 076 382 07 03, E-Mail: susannaknutti@sunrise.ch