



asam praevent®
Sicherheit durch Erfahrung

Arbeitspsychologie

www.asam-praevent.de

Coaching

Was ist Coaching?

Coaching bietet eine professionelle Begleitung, die sich an den individuellen Herausforderungen und persönlichen Themen des Klienten (Coachees) orientiert. In einem gemeinsamen, partnerschaftlichen Dialog zwischen Coach und Coachee werden die Coachingziele und geeignete Optionen zur Zielerreichung erarbeitet.

Welchen Nutzen hat ein Coaching?

Coaching bietet Raum und Möglichkeiten für neue Sichtweisen und Orientierungshilfe bei schwierigen Entscheidungen und Problemen. Im Rahmen einer ressourcen- und lösungsorientierten Herangehensweise werden Stärken und Potentiale aktiviert und konkrete Lösungsschritte gemeinsam erarbeitet. Die persönliche Handlungskompetenz und Identität werden gestärkt. Der gemeinsame Dialog bietet Struktur und Anregungen, um auf aktuelle Herausforderungen stimmige Antworten zu finden. Emotional schwierige Situationen können überwunden werden und Situationen mit innerer Klarheit und neuer Motivation gemeistert werden. Der geschärfte Blick für das Wesentliche und Machbare erlaubt eine klare Positionierung und Ausrichtung in privaten wie auch professionellen Kontexten.

Typische Anliegen für ein Coaching können sein:

- Entscheidungsfindung und Klärungsprozesse begleiten
- Neue Wege und Ziele entdecken
- Eigene Stärken und Themen, die Sie begeistern, erkennen
- Übergänge und Veränderungen meistern
- Handlungs- und Selbststeuerungskompetenz erhöhen
- Kommunikations- und Beziehungsprobleme lösen
- Sich und andere erfolgreich führen
- Die eigene Führungsrolle aktiv gestalten
- Positionierung im Spannungsfeld der Organisation und ihrer vielfältigen Anforderungen
- Umgang mit Stress und Überlastung, Schutz vor Burn-Out
- Vereinbarkeit von Beruf und Familie

Was sieht ein Coaching-Angebot aus?

In einem vertraulichen, unverbindlichen Vorgespräch haben Sie die Möglichkeit, die Arbeitspsychologinnen und -psychologen der ASAM praevent GmbH kennenzulernen und sich über das Vorgehen und die Konditionen zu informieren. In Bezug auf Ihr Anliegen kann dann die mögliche Zusammenarbeit gemeinsam geplant werden. Zeitlicher Umfang der Sitzungen und die Vorgehensweise werden ausgerichtet an Ihrem Bedarf bzw. Ihrer Zielsetzung festgelegt.



Akademische Lehrpraxis
der Ludwig-Maximilians-
Universität München

Erste Lehrpraxis für
Arbeitsmedizin in
Deutschland



ASAM praevent® GmbH
Institut für Arbeitssicherheit,
Arbeitsmedizin, Prävention.

Fürstenrieder Str. 263
81377 München
Telefon: +49 89 7167794-0
Telefax: +49 89 7167794-99
nachricht@asam-praevent.de

Holbeinstraße 7
86150 Augsburg
Telefon: +49 821 8068105-0
Telefax: +49 821 8068105-9
nachricht@asam-praevent.de

www.asam-praevent.de