



Coaching in herausfordernden Zeiten - aktuelles Angebot ab 20. April 2020

Coach	Ilona Holtschmidt M.A. Professional Coach Berufspädagogin Arbeits- und Organisationspsychologin Lernberaterin Lerncoach Lehrerin für Pflegeberufe Projektleiterin div. Forschungsprojekte (z.B. Lernberatung)
Anmeldung	Einzel-Coaching nach individueller Terminabsprache telefonisch unter 01714142222 oder per Mail unter holtschmidt@holtschmidt-coaching.de
Setting Dauer	Telefonisch oder per Video-Coaching - Dauer Einzeltermin in der Regel 60 bis 90 Minuten, mehrere Termine pro Person sind möglich
Kosten	Für Interessenten der Schulen in Berlin im Rahmen CurAP kostenfrei. Für weitere Interessenten aus den anderen Bundesländern ermäßigte Kosten nach Anfrage.
Zielgruppe	Schulleitungen und Lehrende in Theorie und Praxis
Mögliche aktuelle Coaching-Anlässe als Beispiele - Inhalte des Coaching orientieren sich aber an den jeweils individuellen beruflichen oder persönlichen Anliegen	<ul style="list-style-type: none">• Rollenklärung und ggf. Rollenkonflikte durch veränderte Rahmenbedingungen - Selbstreflexion und Standortbestimmung• aktuelle "ständige Flexibilität" als Herausforderung - Umgang mit Planungsunsicherheiten und Improvisation, aber auch "neuer" Kreativität - Aushalten des "Unperfekten"• Krisenbewältigung - hilfreiche stabilisierte Routinen und Bewältigungsmuster in Krisen; Resilienz und Ressourcen stärken - "gestärkt aus der Krise gehen"• „emotionale Umstellung“ auf neue didaktische Konzepte und Methoden sowie "Schülerkontakte" im Kontext der Digitalisierung• Stressbewältigung u.a. bei Homeoffice allgemein, mit Kindern ...• neue Arbeitsstrukturen und Teamkommunikation als Herausforderung für Leitungen und Teammitglieder• Selbstfürsorge sich selbst durch die Herausforderungen führen <p>Weitere mögliche Coaching-Anlässe siehe beigefügten Flyer, auch zu meinem Coaching-Verständnis und Profil.</p>
Allgemeiner Hinweis	Die Wirksamkeit des Coaching-Prozesses beruht auf der Kombination verschiedener Methoden und ist ja nach Coaching-Anlass unterschiedlich; Vertraulichkeit und Diskretion ist zugesichert - geschützter Rahmen

Alles im Fluss



Coaching Praxis
Ilona Holtschmidt

Coaching & Consulting | Bildung & Beratung
im Gesundheits-, Bildungs- und Hochschulbereich

Coaching

Bei meinen Coaching-Angeboten handelt es sich um einen personenzentrierten interaktiven Beratungs- und Begleitungsprozess, der vorrangig berufliche aber auch persönliche Inhalte umfassen kann.

Ich verstehe das Coaching-Angebot als prozesshaftes Angebot: ich biete keine Lösungsvorschläge an, sondern begleite den Klienten in seinem Entwicklungsprozess und unterstütze ihn dabei, passende Lösungen für sich selbst, aber auch für das Unternehmen zu entwickeln – somit ist jeder Coaching-Prozess sehr individuell.

Die Beziehungsebene im Coaching-Prozess ist von gegenseitiger Wertschätzung, Akzeptanz und Vertrauen gekennzeichnet – Diskretion und Vertraulichkeit ist zugesichert.

Gleichzeitig sehe ich mich mit meinem Menschenbild und meiner Haltung und meinen Werten dem Klienten gegenüber wertschätzend, kompetenz- und ressourcenorientiert, unabhängig, neutral, transparent, vertrauenswürdig und loyal.

Ebenfalls orientiere ich mich an ethischen Standards, setze seriöse Methoden ein, Sorge für die notwendige Nähe-Distanz-Balance.

Dem Klienten werden zu Beginn des Coaching-Prozesses die Rahmenbedingungen und die zeitliche Struktur des Coaching, die Prozessgestaltung und die Vorgehensweise, die Methoden und Interventionen und mögliche Wirkungen transparent gemacht.

Methoden

Prinzipiell vertraue ich auf die Selbstregulationskräfte des Klienten und setze Methoden ein diese zu aktivieren.

Nach erfolgreichem Coaching-Prozess sind die Klienten idealerweise in der Lage die eingebrachten Fragestellungen alleine bewältigen zu können.

Im Hinblick auf die Auswahl der jeweiligen Methoden im COACH-Prozessmodell ist es für mich wichtig, dass meine Methodenkompetenz so umfassend ist, dass ich situativ die passende Methode auswählen kann.

Gemeinsam machen wir uns auf den Weg ...



Coaching in der Praxis ...

Häufige Beratungsanlässe in meiner Coaching Praxis sind zum Beispiel:

- Rollenklärung und Rollenfindung – Umgang mit neuen Rollen und neuen Aufgaben
- Neu in der Führungsrolle – Führungsthemen allgemein
- Konfliktbearbeitung und Konfliktbewältigung
- Bewältigung von Belastungen und Stress
- Umgang mit Krisen und Herausforderungen
- Umgang mit Komplexität
- Umgang mit Widerstand im Team
- Mitarbeitermotivation
- Umgang mit aktuellen Veränderungen im Unternehmen
- Suche nach Lösungsstrategien und optimalen realistischen Lösungen
- Wunsch nach Klärung und Stärkung in unterschiedlichen Kontexten
- Verbesserung kommunikative Kompetenz
- Verbesserung Zeitmanagement
- Selbstmanagement
- Resilienz
- Wertecoaching – Umgang mit Dilemmata
- Karriere-Coaching – Unterstützung bei der Findung von passgenauen Weiterbildungen und Studiengängen
- Unterstützung Potenzialentfaltung
- Vereinbarkeit Berufstätigkeit und Familie – „Work-Life-Balance“
- Älterwerden im Unternehmen – Generationsmanagement

... für neue Ideen ... fließend, fokussiert ...



Coaching-Phasen, Dauer und Kosten

Der Coaching-Prozess orientiert sich an dem **COACH**-Modell von Rauen und Steinhübel und die folgenden fünf Phasen bilden den roten Faden in meiner Coaching Praxis. Je nach Anlass sind diese Phasen unterschiedlich lang.

Wirkungsfaktoren

Zentrale Coaching-Wirkfaktoren je nach Coaching-Anlass sind zum Beispiel:

- Ressourcenaktivierung – dieser Wirkfaktor wird nach der vorliegenden Forschung als am wirksamsten beschrieben
- Wertschätzung und emotionale Unterstützung des Klienten durch den Coach in belastenden Situationen
- Ergebnisorientierte Problemreflexion
- Ergebnisorientierte Selbstreflexion
- Zielklärung
- Umsetzungsunterstützung
- Erfolgreiche Rollenklärung
- Perspektivwechsel
- emotionale Entlastung und Stress-Reduktion
- Veränderung von Einstellungen und verfestigten Handlungsmuster

C ome together	Kennenlern- und Kontaktphase
O rientation	Inhaltliche Orientierung
A nalysis	Untersuchung des Klientenanliegens und Klientenumfelds
C hange	Veränderungsphase
H arbour	Zielerreichung und Abschluss

In der Regel biete ich Einzel-Coaching an, aber Team-Coaching ist auch möglich. Die Dauer des Coaching-Prozesses ist abhängig von dem Coaching-Anlass und meine Empfehlung sind mindestens fünf Coaching-Einheiten mit einer Dauer von 90 bis 120 Minuten. Längere Zeiteinheiten sind auch immer möglich – Kosten auf Anfrage. Ein 30-minütiges Vorgespräch ist unverbindlich und kostenfrei.

... und flexibel!

Für ein individuelles Angebot rufen Sie mich gerne an: mobil **01714142222** oder senden Sie eine Mail an: **holtschmidt@holtschmidt-coaching.de**



Ilona Holtschmidt

Mein Profil umfasst eine umfangreiche Expertise und Feldkompetenz seit mehr als 40 Jahren in unterschiedlichen Arbeitsfeldern im Gesundheits-, Bildungs- und Hochschulbereich:

- Professional-Coach für Leitungen und Fachkräfte im Gesundheits-, Bildungs- und Hochschulbereich
- Leitung Beratung und Coaching an einer Fachhochschule im Gesundheits-, Bildungs- und Sozialbereich
- Arbeits- und Organisationspsychologin im Bereich Organisations-, Personal- und Teamentwicklung
- Erziehungswissenschaftlerin | Erwachsenenbildnerin | Berufspädagogin
- Bildungsmanagerin an Bildungsakademien
- Studiengangsleitung im Dipl. Pflegepädagogik-Studiengang
- Lehrbeauftragte an Hochschulen in Bachelor- und Masterstudiengängen im Studienbereich Pflegemanagement, Pflegepädagogik und Berufspädagogik
- Dozentin und Berufspädagogin in Aus-, Fort- und Weiterbildungen im Gesundheitsbereich
- Referentin Weiterbildung Berufsverband (DBfK)
- Lernberaterin und Lerncoach
- Lehrerin für Pflegeberufe
- Fachkrankenschwester Anästhesie/ Intensivpflege
- Geschäftsführerin Forschungsinstitut
- Projektleitung verschiedener Forschungsprojekte im Gesundheits- und Bildungsbereich, sowie im Bereich Lernberatung
- Markeninhaberin von fotogestütztem Coaching = Fototelling®
- langjähriges Mitglied als Professional-Coach im Deutschen Bundesverband für Coaching (DBVC) als Business Coaching Verband – stellvertretende Leitung Regionalgruppe NRW und Leitung Fachausschusses Forschung
- Mitglied in vielen Netzwerken und Verbänden u.a. im Bundesverband Pflegemanagement und im BLGS (Bundesverband Lehrende Gesundheits- und Sozialberufe)
- Autorin und Referentin auf Tagungen/Kongressen



Coaching Praxis

Ilona Holtschmidt

Ilona Holtschmidt M.A. | Professional Coach
Kreuzbergstr. 21
40489 Düsseldorf-Kaiserswerth
Mobil: 01714142222
holtschmidt@holtschmidt-coaching.de

Coaching & Consulting | Bildung & Beratung
im Gesundheits-, Bildungs- und Hochschulbereich

Seminare und Workshops – Themenangebote

- Change-Management und Teamdynamik in Veränderungsprozessen
- Umgang mit Widerstand und Verweigerung im Team
- Umgang mit Herausforderungen und Veränderungen – wenn nichts mehr so ist wie es war ...
- Generations-Management – Führung im Generations-Mix
- Konfliktmanagement, Konfliktkommunikation und Konfliktbewältigung – wegschauen hilft nicht
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Rollenklärung – neues Rollenverständnis durch veränderte Rahmenbedingungen, Rollenkonflikte in neuen Rollen
- Implementierung von Beratungskonzepten, Lernberatung und Lerncoaching in den Schulen
- Konzept der prozessbegleitenden Lernberatung: ein Rollenwechsel für Lehrende oder selbstverständliche pädagogische Haltung?
- Kollegiale Beratung und Fallarbeit in die Teams einführen bzw. implementieren – Chancen und Grenzen
- Professioneller Umgang mit den Herausforderungen seitens der Schüler, Gruppen, Klassen ...
- Umgang mit Unterrichtsstörungen und Lernwiderstand – Lernberatung als mögliche Antwort
- Umgang mit sog. schwierigen Schülern in Theorie und Praxis
- Class-Room Management | Umgang mit schwierigen Situationen im Unterricht
- Gruppenprozesse und Gruppendynamik, sowie Teamarbeit
- Führen und Leiten im Spannungsfeld zwischen Pädagogik und Management
- Resilienz – mehr Gelassenheit im Arbeitsalltag/ Leitungsalldag
- Stressmanagement | Stressbewältigung | Selbstfürsorge
- Umgang mit eigenem Perfektionismus (wenn 100% nicht reichen ...) und eigenem Anspruch
- Selbstmanagement und Personal Branding, sowie Potenzialentwicklung
- Coaching als ein wirksames Instrument zur Unterstützung bei Herausforderungen oder „Krisen sind eigentlich ein produktiver Zustand, wir sollten ihnen nur den Beigeschmack von Katastrophen nehmen“ (Max Frisch) – Bedeutung und Wirkfaktoren von Coaching-Angeboten bei Lehrenden und Leitungen an Schulen im Gesundheitswesen



Coaching Praxis Ilona Holtschmidt

Coaching & Consulting | Bildung & Beratung
im Gesundheits-, Bildungs- und Hochschulbereich