

Coaching 2.0 unter 4 Augen:

Eine Spur legen.

Auf der Spur bleiben.



Im letzten Jahr hörte ich einen erfolgreichen Unternehmer erzählen, dass ihm als junger Mann schnell klar war, zwei Spuren in seinem Leben zu legen. Die eine Spur galt der Liebe, die andere Spur seinem Beruf mit der Frage "was will ich hinterlassen?".

Dabei stellen wir uns selbst die Frage:
Welche Spur will ich legen? Worauf will ich mich fokussieren?

Es ist meist so, wenn man es nicht wirklich in den Kalender einträgt "Zeit für mich / fürs Planen / für meine Aktivitäten" dann bleibt man nicht dran. Dann besteht die Gefahr, sich zu verzetteln und irgendwann „im Wald zu stehen“.

Aber auch das Gefühl des Ausgebremst-seins hindert manchmal, den ersten Schritt zu wagen.

Man bremst sich aus durch negative Gedanken, durch die eigenen Antreiber, die unbewussten Glaubenssätze.



Wohin geht meine Reise?
Was ist mein Ziel?
Sind meine Vorhaben meinem Ziel dienlich?

Es geht aber auch anders! Durch das dran-bleiben.

Das Online-Coaching bietet Raum und Zeit die eigenen Aktivitäten und Vorhaben zu planen, unter die Lupe zu nehmen, Fragen zu stellen und sich stärkende Resonanz einzuholen.

In diesem ersten Halbjahr 2014 können Sie es ausprobieren, dran zu bleiben mit Coaching 2.0.

<p>Man will dran bleiben an</p> <ul style="list-style-type: none"> * seinem eigenen Lebenstempo * an seinem beruflichen Erfolg * an seinem nächsten Schritt * an seiner Coachingexpertise * an seiner Zufriedenheit * an der eigenen Experimentierfreude * der Sehnsucht endlich wesentlich zu werden * der eigenen Willenskraft * dem „Weniger ist mehr“ 	<p>„Die Spur legen“ richtet sich an alle, die</p> <ul style="list-style-type: none"> * endlich beginnen wollen * ihre guten Ideen nicht länger allein ausbrüten wollen * sich wertvolles Feedback zu ihren Vorhaben wünschen * dran-bleiben wollen * wesentlich werden wollen * endlich ankommen wollen * ihre Spur ernst nehmen
---	--

Ihr persönliches Webinar „meine Spur legen“ findet im ersten Halbjahr 3 x statt – bis 30. Juni 2014.

1. Webinar-Treffen unter 4 Augen: Los-legen

Den Weg bereiten. Die Spur legen.
Vision, Mission, Ziele, Fokus für 2014.

Sie bringen Ihr Projekt ein. Stellen Ihre Fragen.

2. Webinar-Treffen unter 4 Augen: Status Quo. Die Spur legen.

Wo bin ich dran-geblieben?
Was ist mir geglückt?
Was will ich fortsetzen?
Was will ich verändern?
Wo geht's lang in den nächsten Wochen?
Welches Ziel verfolge ich? Wo ist mein Fokus?
Feedback und Resonanz der Teilnehmer.

Sie bringen Ihr Projekt ein. Stellen Ihre Fragen.

3. Webinar-Treffen unter 4 Augen: Status Quo. Der Spur folgen.

Status Quo plus Fokus auf eines Ihrer Wunschthemen

z.B. wesentlich werden, Improvisation, Werte, Zeit für mich, Life Enrichment, Prioritäten, Nein-Sagen, Willenskraft, Selbstmotivation, die verschiedenen Hüte auf meinem Kopf.

Terminübersicht für „Spur legen Basic“ 1. Halbjahr 2014

Feb	Mar	April	Mai	Juni
	Sinnierabend am 20.3. 18 bis 20 Uhr	Webinar- Coaching unter 4 Augen 1 Stunde	Webinar- Coaching unter 4 Augen 1 Stunde	Webinar- Coaching unter 4 Augen 1 Stunde
wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.

Experiment auf Wunsch: Austausch und Vernetzung aller Teilnehmer und Teilnehmerinnen in einer geschlossenen Xing- oder Facebook-Gruppe im ersten Halbjahr 2014.

	Spur legen Basic	Spur legen Medium	Spur legen Premium
persönliches Webinar mit Impulsen und Inspiration „die Spur legen“ 3 x 1 Stunde	✓	✓	✓
20 Min. Mittwoch-Telefon- Coaching via Skype	✓	✓	✓
auf Wunsch: geschlossene Gruppe z.B. bei Xing oder Facebook (die Mehrheit bestimmt wohin es geht) PS gibt mtl. einen Impuls		✓	✓
Einzelcoaching mit mir in Verbindung mit Telefon/Skype, E-Mails, persönlich am Zürichsee oder in Frankfurt 3 (2 x 1,5 Std.) weitere Stunden über das Halbjahr verteilt			✓
	225 Euro	275 Euro	490 Euro

Weitere Pluspunkte

- * wertvolle schriftliche Informationen, Impulse, Literaturhinweise, Internetempfehlungen während des ersten Halbjahres zu Ihrem Projekt
- * Sie haben regelmäßig eine Gesprächspartnerin an Ihrer Seite
- * Sie bleiben dran an Ihren Projekten
- * Sie stärken Ihr Lebenstempo und Ihre Lebenszufriedenheit
- * Sie fokussieren sich auf das, was Ihnen wichtig ist

- * Sie entwickeln neue Ideen im Gespräch
- * Sie stärken Ihr Selbstvertrauen
- * Sie bleiben in Schwung, fühlen sich motiviert

In einem Forum z.B. bei Xing oder Facebook haben Sie die Möglichkeit um Feedback und Resonanz zu bitten zu Ihren Fragen, Ihren Anliegen und Vorhaben.

Sinnierabend am 20. März 18 bis 20 Uhr in Frankfurt/Main.

Austausch, Networking, gegenseitiges Kennenlernen,
Vorstellen der Projekte, an denen man dran-bleiben will
Motivation, Willenskraft stärken
Ideen und Impulse entwickeln

Xing- oder Facebook-Forum: Sie haben die Möglichkeit im Forum Fragen zu stellen. Sie erhalten Resonanz von den anderen TeilnehmerInnen. Ich gebe Input und Resonanz, stelle mtl. Leitfragen.

Sie erleben mich in den folgenden Rollen:

Moderatorin
Coach
Ideen- und Impulsgeberin
Fragenstellerin
Antwortgeberin
Gastgeberin
Kordinatorin
Dran-bleiberin und Energie-Hochhalterin



Die Rechnungsstellung erfolgt mit der Auftragserteilung. Die angegebenen Preise sind Bruttopreise (es wird keine Mehrwertsteuer berechnet).

Bei Interesse schreiben Sie mir bitte eine Mail an [info\(at\)petraschuseil.de](mailto:info(at)petraschuseil.de).

Sie haben noch Fragen, dann rufen Sie mich bitte an. Ich rufe Sie gerne zurück: +41 43 888 0682.

Ich habe Klienten gefragt, wie das regelmäßige „Dran-bleiben“ sie unterstützt. Das sind einige Antworten:

„Mit Ihnen „versacke“ ich nicht im Alltag. Es gibt mir ein gutes Gefühl, Sie an meiner Seite zu haben.“

„Ich fühle mich ermutigt auch mir fremde Themen wie Social Media auszuprobieren. Ich lerne, mit neuen Tools umzugehen. Durch Sie habe ich gelernt, mich zu organisieren und zu strukturieren und den Überblick zu behalten.“

„Durch das regelmäßige Coaching bleibe ich an dem Wesentlichen für mein Unternehmen dran. Ich setze die Prioritäten immer wieder richtig. Wenn ich mal in einer Sackgasse stecke, komme ich auch wieder heraus.“

Klicken Sie hier zum Interview mit Sabine Grözinger. Sie hat das Jour Fixe-Paket bereits zum zweiten Mal erfolgreich durchgeführt hat.
<http://www.petraschuseil.de/index.php/referenzen.html>

Noch eine Option:

Trotz aller Planung bleiben oft kreative Ideen, spannende Aufgaben und Projekte auf der Strecke. Sie sind wichtig, gehen aber im Tagesgeschäft unter, weil keine Zeit bleibt.

Egal um welches Projekt oder Event es geht: ich schreibe, recherchiere, organisiere, kommuniziere, halte die Fäden in der Hand und den Rücken frei. Sprechen Sie mich bitte an.

Mögliche Option für das 2. Halbjahr 2014:
Dran-bleiben. Der Spur folgen.

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
		Webinar-Coaching unter 4 Augen 1 Stunde	9. Oktober Sinnierabend in Frankfurt	Webinar- Coaching unter 4 Augen 1 Stunde	
		wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.	wertvolle 20 Tel.Min.	