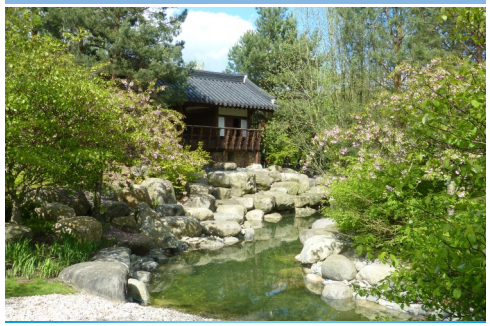
MEINE ANGEBOTE

Je nach Inhalten und nach TeilnehmerInnen können folgende Formen genutzt werden:

- EinzelCoaching
- TeamCoaching
- GruppenCoaching
- Moderation von Sitzungen, Konferenzen und Streitgesprächen
- Fort- und Weiterbildungen
- Seminare
- Training
- Workshops



Jahrgang 1955, verheiratet, 5 erwachsene Kinder.

Diplom Sozialpädagoge (FH) an der Kath. Fachhochschule NRW, Köln, 1978.

Leitungs- und Führungserfahrungen im Bereich der Hilfen zur Erziehung seit 1980. Zertifizierung beim Deutschen Verein 1983 für öffentliche und private Fürsorge .

Ausgebildeter und zertifizierter Coach beim Deutschen Verein (2006).

Meine Grundhaltung ist christlich / humanistisch geprägt. Der Wert des Menschen in seiner persönlichen Sinn- und Zielbestimmung ist der Ausgangspunkt meines Handelns. Leiten lasse ich mich durch Fragen, wie durch Handeln Leben in seiner Vielfältigkeit gefördert werden kann und was zum Wohl des Einzelnen und der Gemeinschaft (sei es die des Unternehmens, die der Gesellschaft oder Menschheit) beitragen kann.

Zunehmende Bedeutung gewinnt für mich neben dem Aktiven Gestalten im Leben die *vita contemplativa*.
Das Innehalten, sich des Handelns und Treibens Vergegenwärtigen stellt die andere Seite der gleichen Münze dar. Der Gewinn daraus ist eine Klarheit, die hilft, Prioritäten zu setzen, Erkenntnis darüber zu gewinnen, was wichtig ist.

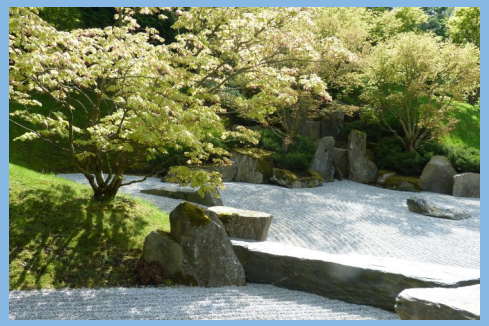
Wurzel - Coaching

Aufgabenbewältigung als Entwicklungsprozess nutzen

Wurzel - Coaching

Martin Wurzel
Lerchenweg 18
47228 Duisburg

Telefon: +49 2065 6799100
Fax: +49 2065 960261
E-Mail: wurzel@wurzel-coaching.de
www.wurzel-coaching.de



Coaching

Viele Menschen suchen Coaching, wenn sie merken, dass sie in ihrer Aufgabenerfüllung und / oder in ihrer beruflichen /persönlichen Entwicklung an Grenzen anstoßen. Diese können strategischer, persönlicher, organisationaler Art sein. Somit entsteht die Auseinandersetzung darüber, ob und wie die Grenzen akzeptiert oder erweitert werden können.

Für andere Menschen bedeutet Coaching eine regelmäßige Reflektion der Frage, wie und wohin sie ihr Arbeits-, Familien- oder Privatleben steuern können und wollen.

Wie dem auch sei:

Wer sich auf einen Coachingprozess einlässt, wird sich selber mit der Frage konfrontieren, was (**ihm** oder **ihr**) wichtig ist.

Und: Wie er das, was ihm wichtig ist, am besten erreichen kann.

"Wenn man auf ein Ziel zugeht, ist es äußerst wichtig, auf den Weg zu achten. Denn der Weg lehrt uns am besten, ans Ziel zu gelangen, und er bereichert uns, während wir ihn zurücklegen."

- Paulo Coelho, Auf dem Jakobsweg

Paolo Coelho fasst hier in hervorragender Weise zusammen, was auch das tibetische Buch vom Leben und Sterben an Weisheit übermittelt. Die zentrale Bedeutung ist, dass die Art, wie der Weg begangen und wie das Ziel erreicht wird, miteinander in Einklang gebracht werden sollen. So können zahlreiche unerwünschte Nebenwirkungen vermieden werden.

Dabei spielen mehrere Elemente eine Rolle:

- Die eigene **Motivation** und die anderer, deren Auswirkungen auf die Gesamtsituation und die Handlungspartner zu *fair*stehen
- **Empathie**, Mitgefühl für sich selber und den Kooperationspartnern zu entwickeln
- **Achtsamkeit** zu üben
- **Ziele** zu benennen und immer wieder zu reflektieren.

Diese Elemente stellen die Grundlage des Handelns dar. Je klarer sie sind, je besser sie geordnet sind, desto sicherer und zielorientiertet wird das Handeln, desto weniger wird es durch Störungen beeinträchtigt.

Ziele

Zu den Zielen gehören insbesondere

- Herstellen einer strukturierten Übersicht über die aktuelle Ausgangssituation und die Zielerwartungen, die mit der Aufgabenerfüllung verbunden sind.
- Überprüfung der Zielerwartungen in Hinblick auf die möglichen Konsequenzen (*Risiken und Nebenwirkungen*)
- Erarbeitung von verschiedenen Zielvariablen
- Reflektion der der Zielerwartungen im Hinblick auf eigene, persönliche Haltungs-, Ziel- und Wertevorstellungen (Aufgabe - eigene Person - Zielerreichung)
- Planung einer Umsetzungsstrategie und der entsprechenden Arbeitsschritte
- Begleitung, Reflektion der Umsetzung
- Überprüfen der erreichten Ziele, ggf. nachjustieren.
- Beachten einer Bewältigungsstrategie, die die eigene Entwicklung und Gesundheit im Auge behält und sie fördert.

.