

An einem Wendepunkt?

Du spürst, dass etwas Neues ansteht – beruflich oder privat. Vielleicht suchst Du Klarheit über Deine nächsten Schritte, möchtest Deine Werte reflektieren oder Dich neu ausrichten.

In meinem Coaching begleite ich Dich dabei, wieder Verbindung zu Dir selbst aufzunehmen, Orientierung zu finden und Entscheidungen zu treffen, die wirklich zu Dir passen.

Dabei arbeite ich unter anderem mit der **GROW-Methode** – einem klaren, aber flexiblen Coaching-Ansatz, der Dir hilft, Schritt für Schritt voranzukommen:

G – Goal (Ziel): Was willst Du wirklich erreichen? Wir klären, was Dir wichtig ist und wohin Du möchtest.

R – Reality (Ist-Zustand): Wo stehst Du gerade? Wir schauen ehrlich und wohlwollend auf Deine aktuelle Situation.

O – Options (Möglichkeiten): Was ist möglich? Welche Wege gibt es, und was passt zu Dir?

W – Will / Way forward (Wille & Weg): Was wirst Du konkret tun? Wir entwickeln realistische Schritte, die Du aus eigener Kraft gehen kannst.

Diese Struktur gibt Dir Halt – besonders dann, wenn vieles unklar erscheint. Und sie lässt gleichzeitig Raum für Deine ganz individuelle Entwicklung.

