



## Wann lohnt sich Coaching für Sie?

- Sie erleben oft Stress, Zeitdruck, Hektik oder Aufregung
- Überbeanspruchung hindert Sie am klaren, langfristigen Weitblick
- Sie sind mit Ihrer Arbeit unzufrieden und suchen eine neue Herausforderung
- Sie wollen eine neue Funktion oder Position übernehmen, sich selbständig machen oder ein zweites Standbein aufbauen
- Sie stehen vor großen beruflichen oder privaten Veränderungen (Trauerfall, Trennung, Scheidung, Umzug, Kündigung, Berufswechsel o.ä.)
  
- Sie haben unklare Zielvorstellungen oder wissen nicht genau, was Sie wollen
- Sie stehen vor wichtigen und weitreichenden Entscheidungen und fühlen sich unsicher
- Sie wollen Ihre eigene Sicht auf Ihre Arbeit, Ihre Strategien und Ihre Mitmenschen mit einem neutralen Außenstehenden selbstkritisch beleuchten
- Sie haben sich Ziele gesetzt und arbeiten hart, sie zu erreichen, scheitern aber bislang immer wieder kurz davor, drehen sich im Kreis oder sind dabei, frustriert aufzugeben
  
- Sie leiden unter zu wenig Lob und Anerkennung Ihrer Mitmenschen oder brauchen Bestätigung von anderen, um sich wohl zu fühlen
- Sie hinterlassen Missverständnisse und Verstimmung bei wichtigen Personen
- Sie fühlen sich durch Aussagen oder Taten anderer gekränkt oder emotional verletzt
- Sie fühlen sich müde, ausgebrannt und schwunglos
- Sie fragen sich: „Wozu tue ich das eigentlich alles?“
  
- Sie spüren, dass es so nicht vernünftig weitergeht und an der Zeit ist, jetzt endlich etwas zu verändern
- Sie brauchen effiziente Methoden für ein effektives Selbstmanagement
- Sie suchen Erfüllung in Ihrem Beruf durch sinnvolle Aufgaben
- Sie stehen vor einer kritischen Verhandlung und möchten Ihre Gesprächsstrategie mit einem erfahrenen Rhetoriktrainer als Sparringspartner testen
- Sie haben entscheidende Mitarbeiter-Gespräche zu führen und wollen diese vorher trainieren. Sie möchten dazu von einem kompetenten Führungs-Trainer Supervision und Feedback erhalten, um zu erkennen, was Sie besser machen können

In diesen Fällen hilft Ihnen eine Einzelberatung bei **RAS** Training und Beratung.



Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Wir unterstützen und begleiten Sie gerne liebevoll auf Ihrem Weg.

Iris und Rudolf Schnappauf

Weitere Artikel als pdf-Files zum kostenlosen Herunterladen für Sie:

**Wozu verhilft Ihnen Coaching? [\(230 KB\)](#)**

**Was ist Coaching? [\(213 KB\)](#)**

**Persönlichkeits-Entwicklung dank Coaching [\(179 KB\)](#)**

**Worum geht es im Coaching? [\(210 KB\)](#)**

**MuT – Mentoring und Training [\(185 KB\)](#)**

**Erfolgreich mit Mentoring [\(200 KB\)](#)**

**Wozu Mentoring? [\(217 KB\)](#)**

**Coaching als Führungsaufgabe [\(233 KB\)](#)**

**Analyse Ihres Stärkenprofils [\(155 KB\)](#)**

**Coaching für Teamleiter [\(318 KB\)](#)**

**Mit Coaching zu Spitzenleistungen [\(488 KB\)](#) erschienen in: managerSeminare**

**Coaching-Themen für Führungskräfte [\(288 KB\)](#)**

**Referenzen (Einzelberatung) [\(146 KB\)](#)**