

Einzel-Coaching und Bildungs-/Karriereberatung

Sind Sie in einem beruflichen Veränderungsprozess mit neuen Aufgaben, hohen Erwartungen an Ihre Person und wollen sich auf diese gut vorbereiten?

Wollen Sie Techniken erlernen, z.B. im Gespräch, bei Präsentationen vor vielen Menschen oder in einer Prüfungssituation, welche Ihnen bei der Bewältigung der Situation helfen?

Möchten Sie in den Beruf starten oder sich neuorientieren und wissen nicht, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten, Stärken und Schwächen, ... Sie mitbringen und welche Möglichkeiten sich Ihnen bieten könnten?

Sie haben das Gefühl, dass alles zu viel wird? Die Belastungen, welche früher gut zu handhaben waren, wurden mehr, vielfältiger oder veränderten sich und die Situation verursacht Ihnen Unbehagen?

Sind Sie kurz vor einem Burnout oder bereits mittendrin? Oder wollen Sie nun, nach erfolgreicher Bewältigung/Therapie wieder in den Beruf einsteigen?

Dies sind nur wenige Situationen und Herausforderungen, in denen Ihnen ein Coaching helfen kann, sich wichtige Fähigkeiten, Techniken, Denkweisen etc. zu erarbeiten, um Ihr Leben zuverlässiger und in Ihrem Sinne erfolgreicher zu gestalten.

Für Sie werden Dienstleistungen aus mehreren Bereichen angeboten:

· Diagnostik zur Bildungs- und Karriereberatung:

Unterstützung bei der Berufswege- oder Karriereplanung über eine individuell angepasste Kombination von psychologischen Testverfahren, Arbeitsproben und Interviews mit ausführlicher Beratung.

· Coaching:

Eine individuell an den Einzelfall angepasste Kombination von Trainings- und Beratungsbausteinen zur Entwicklung und Umsetzung persönlicher oder beruflicher Ziele, der Überwindung von Krisen und der dazu notwendigen Kompetenzen.

· Mentalcoaching:

Zur Unterstützung des Coaching-Prozesses werden Hypnoseeinheiten integriert, diese können z.B. bei der Rauchentwöhnung oder zum Abbau von Ängsten eingesetzt werden.

Coaching und Fallsupervision im betrieblichen Kontext

Unterstützung im Einzelfall für Mitarbeiter:

Eine wichtige Dienstleistung für Unternehmen, nicht nur im Rahmen des BEM (Betriebliches Eingliederungsmanagement), ist die Krisenintervention für psychisch erkrankte/belastete Mitarbeiter. Dies erfolgt durch psychologisches Coaching zur Stabilisierung und Vermeidung einer Dekompensation oder zur Unterstützung in Phasen besonderer beruflicher Belastungen und Veränderungen (z.B. Erweiterung des Verantwortungsbereiches bei Führungskräften, Rückkehr nach längerer Krankheit oder sozialen Konflikten).

Meine Dienstleistungen:

- *psychologisches Einzelcoaching*
- *Aufgabenbezogenes Einzelcoaching*
- *Psychosoziale Beratung im Betrieb*

Fallsupervision für Personalverantwortliche

In einer speziellen Fallsupervision für Personalverantwortliche können konkrete Situationen und Fragen aus dem praktischen Berufsalltag überprüft und geklärt werden, die eigene Wahrnehmung wird geschärft und ein besseres Verständnis für die Situation und die betroffene Person ermöglicht. Gemeinsam erarbeiten wir Handlungsmöglichkeiten und neue Sichtweisen zur Erweiterung der persönlichen Kompetenzen und zum Erhalt der eigenen Gesundheit.

Was die Raupe Ende
der Welt nennt,
nennt der Rest der
Welt Schmetterling
(Lao-Tse)



**Antje Nikiel –
Arbeits- und Organisationspsychologie.**

Ausbildung im Handwerk, Studium der
Arbeits- und Organisationspsychologie, Tätig-
keiten in verschiedenen Bereichen und Branchen.
Berufliche Erfahrungen und Weiterbildungen
im Bereich der Personalentwicklung, des
Arbeits- und Gesundheitsschutzes, der Personal-
und Eignungsdiagnostik, Training, Coaching
und des Betrieblichen Gesundheitsmanagements.
Zertifizierte Hypnotherapeutin.

10-jährige Tätigkeit in der beruflichen Rehabi-
litation, davon 5 Jahre in der Bereichsleitung des
medizinisch-beruflichen Kompetenzzentrums.

Kooperation und Zusammenarbeit mit viel-
fältigen Organisationen und Netzwerken aus
z. B. Arbeitsmedizin, Medizinische Rehabilitation,
Gesundheitswirtschaft, berufliche Bildung,
Therapie und Wirtschaft.

Coaching

Belastungen
Perspektiven
Ehrgeiz und hohe Ziele
Erschöpfung
Stress
Karriere
Wünsche
Ideale
Freude am Tun
Selbstzweifel
Erwartungen
Burnout
Entscheidungen
Motivation
neue Herausforderungen

