



Philipp Kruse

Coach und Prozessberater
Diplom Wirtschaftsingenieur
Zertifizierter Coach (DFC)
NLP Master (DVNLP)
Hypno Coach (DAGH)

Stationen

Selbständiger Unternehmensberater
Projekte im Bereich Organisationsgestaltung
und Change Management, Prozessoptimierung,
Einkauf und Projektmanagement

Coaching von Führungskräften, Teams und
Privatpersonen

Entwicklungshelfer in Tansania und
Prozessberater für die deutsche Entwicklungshilfe

Führungskraft in einem mittelständischen
Unternehmen (Automobilzulieferer)

Vater von zwei Kindern

Schachspieler, Judoka, Sportkletterer,
Yogi und Jongleur

Coaching für Menschen...

...die Träume, Ziele und Wünsche haben
und diese realisieren wollen.

...die besseren Zugang zu ihren Stärken,
Ressourcen und eigenen Werten finden
möchten.

...die gerade irgendwie fest stecken und
vielleicht nur einen kleinen Impuls benötigen,
um dann eigenständig weiter zu kommen.

...die bereit sind zu erkennen, dass eine Ver-
änderung der Umstände immer mit einer
Veränderung des eigenen Verhaltens beginnt.

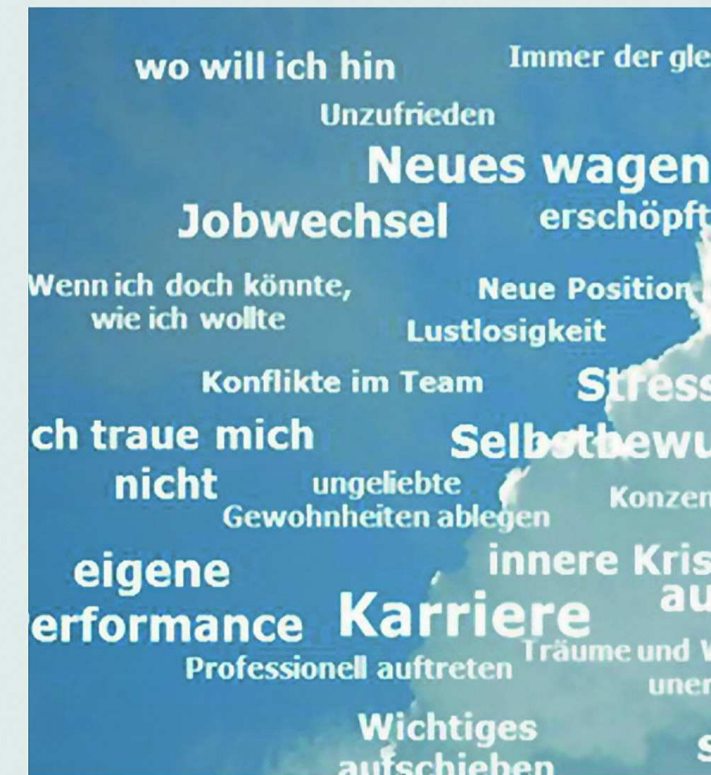
Veränderung bewegt!

*"Jeder Mensch kann mit
Veränderung umgehen
und diese aktiv in seinem
Sinne gestalten!"*

Am Weidenbach 25 • 50676 Köln
Tel. +49 (0)177 680 6489
info@veraenderung-bewegt.de



Veränderung bewegt!



Coaching

Das eigene Handeln reflektieren
Veränderung gestalten



Veränderung bewegt!



Coaching-Themen und Anlässe

Die Gründe, warum jemand ein Coaching in Anspruch nimmt, sind individuell und unterschiedlich. Häufig dreht man sich im Kreis und braucht nur einen kleinen Anstoß, um weiter zu kommen.

Im Coaching können rein berufliche oder private Fragestellungen beleuchtet werden, häufig aber sind es auch übergreifende Themen, die sowohl das Berufs- als auch das Privatleben betreffen.

- Beruf, Karriere und Entwicklung
- Konflikte und schwierige Situationen
- Umbruch und Krisen
- Wunsch nach mehr Ausgeglichenheit

Welches sind Ihre Themen?

Umbruch & Krise

Wenn Veränderung von außen kommt, empfinden wir sie oft als aufgezwungen: ein neuer Lebensabschnitt, eine Umstrukturierung am Arbeitsplatz, Umzug, eine Trennung von Familie oder Lebenspartner. Das Alte muss zurück gelassen werden, das Neue ist fremd und scheint oft bedrohlich. Oft fehlt die Orientierung.

Ein Coaching unterstützt Sie dabei, Abstand zu gewinnen, Ihre Kräfte zu sammeln, Chancen zu sehen und zu bewerten und dann nach vorne zu schauen und den eigenen Weg zu planen und zu gehen.

Verhandlung & Gesprächsführung

Wir kommen oft in die Situation, verhandeln zu müssen. Im Beruf in Gehaltsverhandlungen und Mitarbeitergesprächen, aber auch in Beziehung und Partnerschaft. Ein mulmiges Bauchgefühl, Unsicherheit und ein gedankliches Immer-wieder-Durchkauen von Argumenten begleiten uns im Vorfeld von wichtigen Gesprächen.

Im Coaching betrachten wir den Verhandlungsgegenstand und die anstehende Situation. Wir setzen uns mit Ihrem persönlichen Erfahrungshintergrund, Ihren "Bauchgefühlen" und Ihren Zielen auseinander, ebenso wie mit der Perspektive Ihres Verhandlungspartners. Und bereiten Sie optimal vor.

Lösungswege

Für Ihr persönliches Thema gibt es keine fertige Lösung, die Sie in einem Fachbuch oder Ratgeber finden können. Eine Lösung ist genauso individuell wie Sie und muss deshalb von Ihnen selbst erarbeitet werden. Dabei unterstütze ich Sie!

In einem unverbindlichen und kostenfreien Erstgespräch lernen wir uns kennen, sprechen über Ihre persönlichen Schwerpunkte und Grenzen und legen Ziele für eine weitere Zusammenarbeit fest.

Umgang mit Konflikten

Konflikte werfen uns häufig auf unsere biologischen Grundmuster zurück. Wir reagieren mit Flucht, Angriff oder Totstellen - nicht immer zu unserem Vorteil.

Im Coaching betrachten wir diese Verhaltensmuster und entwickeln angemessenere Strategien und Handlungsoptionen. In Rollenspielen werden dabei die eigenen Kräfte und Ressourcen erfahren und das zielführende Handeln eingeübt.

Ziele setzen und erreichen

Wo wollen Sie hin? Was wollen Sie erreichen? Was soll vielleicht anders werden? Und warum klappt das immer wieder nicht?

Im Coaching arbeiten wir gemeinsam an Ihren Wünschen, Vorstellungen und Zielen! Wir identifizieren Begrenzungen und Hindernisse, finden Ressourcen und neue Perspektiven. Dann entwickeln wir Strategien zur Zielerreichung und mobilisieren die dafür erforderliche Energie.

