mass-geschnei-dert

Coaching, Supervision, Beratung

*Mit welchen Themen kommen Menschen ins **Coaching**?*

Im Coaching werden meist Führungsthemen mit einer gewissen Dringlichkeit bearbeitet:

- Standort bestimmen, Berufszufriedenheit verbessern, Stellenwechsel unterstützten
- Wege aus der eigenenÜberlastung finden
- Ressourcen bei Mitarbeitenden aufbauen
- Umplatzierungen, Kündigungen unterstützend begleiten
- Teamprozesse reflektieren, Entwicklungsschritte planen und begleiten
- konstuktiv mit Konflikten im Team umgehen
- aus Konflikten der Führungsperson mit Mitarbeitenden lernen
- eine gesundheitsfördernde Betriebs- oder Schulkultur aufbauen
- Unterstützung bei der Übernahme eines neuen Teams

Coachings CHF 190.-/h
Outdoor-Coachings nach Absprache

*Wer kommt in die **Supervision**?*

Supervision gehört zur Professionalität von Berufsleuten, die vorwiegend mit Menschen arbeiten. Einzelpersonen und Teams reflektieren sich und gestalten Entwicklungs- und Kommunikationsprozesse regelmässig über längere Zeit. Fachleute aus Bildung, Beratung, Seelsorge, sozialen Institutionen, Pflege und Medizin gehören dazu. Es wird unterschieden zwischen Fall- und Teamsupervision.

*Für wen ist die **Beratung** gedacht?*

Sie dient der Unterstützung bei Lebensthemen wie Entscheidungsfindungen, Standortbestimmungen, Lebensübergängen, Umgang mit Beziehungs- und Lebenskrisen, Lebenszufriedenheit, Zukunftsplanung, Verbesserung des Schlafes und der körperlichen und psychischen Gesundheit etc. Im Angebot habe ich Einzel- und Paarberatung.

Einzelsupervision CHF 160.-/h
Teamsupervision CHF 240.-/h

*Welchen **Methoden** kommen zum Einsatz?*

Ich gehe davon aus, dass die Ressourcen zur Lösungsfindung in jedem Menschen vorhanden sind. Es gilt, sie zu aktivieren und zu stärken. Ich ermutige Menschen, ihre Komfortzone zu verlassen, um kreative Ideen zu entwickeln und helfe ihnen in die Komfortzone zurückzufinden, wenn die Umstände sie hinausbuxiert haben. Dabei unterstützen mich Werkzeuge der Transaktionsanalyse, des Zürcher Ressourcenmodells® und der Embodied Communication. Meine Spezialgebiete sind

- Coachings und Beratungen in der Natur
- Einbezug des Körpers und des Unbewussten: Körpersignale verstehen, Körperhaltungen zur Zielerreichung nutzen.
- Meditative Elemente

Einzelberatung CHF 160.-/h
Paarberatung CHF 190.-/h

Für Nicht- und Wenigverdienende finden wir Lösungen.

Hugo Furrer
Inhaber educta, Kursleiter Intensivweiterbildung PHSG, Supervisor BSO, ZRM-Trainer, Transaktionsanalytiker, Meditationsleiter, dipl. Bergführer und Lauf-Yoga-Trainer

educta
HUGO FURRER

Das Interessanteste im Leben eines Menschen sind die Fehlschläge.
Sie beweisen, dass er versucht hat, über sich hinauszuwachsen.
Georges Clemenceau