

Laufbahn – Coaching

Wo drückt der Schuh am meisten und was müsste sein, damit das Coaching für Sie erfolgreich ist? Zu Beginn des Laufbahn-Coachings klären wir die Ziele unserer Zusammenarbeit, am besten geht das telefonisch. Danach erhalten Sie eine entsprechende Vereinbarung per E-Mail und schon kann es losgehen. Ihre Bedürfnisse steuern unsere Zusammenarbeit. Sie bestimmen, woran wir arbeiten und in welchem Tempo Sie vorgehen möchten. Der Ablauf der Gespräche sieht wie folgt aus:

Erstes Gespräch	Standortbestimmung, Erfolgs- und Zufriedenheitskurve Klärung von Fragen zum Lebenslauf Motto-Ziel nach ZRM®
Zweites bis viertes Gespräch	Arbeit an Ihren Fragestellungen. Ich unterstütze Sie bei (Auswahl): <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfen von persönlichen und beruflichen Zielsetzungen - Strategische Karriereplanung, nächste Karriereschritte - Wahl der richtigen Weiterbildung - Strategien zum Umgang mit beruflichen Herausforderungen sowie belastenden Situationen: Entwicklung von Handlungsoptionen - Formulierung von Entwicklungszielen und Begleitung bei deren Umsetzung - Erstellen des persönlichen Kompetenzprofils inklusive Fach-, Methoden- und Sozialkompetenzen - Bewerbungsunterstützung: Bewerbungsstrategie, Bewerbungsdossier, Initiativbewerbungen, Networking und Vorbereitung von Vorstellungsgesprächen - Balance in der beruflichen Laufbahn und Begleitung von Übergängen: <ul style="list-style-type: none"> . Rollenklärung für berufstätige Eltern . Realisierbarkeit von neuen Arbeitsformen . Entwickeln von Entlastungsmöglichkeiten im Berufsalltag . Gestaltung des Mittleren Alters und Vorbereitung auf die Pensionierung
Abschliessendes Gespräch	Umsetzungscoaching, damit das Erarbeitete schrittweise Realität wird

Coachingansatz – wie wir Zusammenarbeiten

Die Gespräche zielen darauf ab, Ihre persönlichen Ressourcen zu aktivieren, handlungsleitende Werteinstellungen bewusst zu machen und klug mit den eigenen Energien umzugehen. Dazu setze ich folgende Methoden ein:

- Entwicklung von Haltungszielen bzw. einem Motto-Ziel nach ZRM®, Züricher Ressourcen-Modell (www.zrm.ch und www.ismz.ch)
- Diverse Tools, darunter viele Eigenentwicklungen sowie Elemente aus dem Embodiment unterstützen und visualisieren die Gesprächsführung
- Auf Anfrage: Einsatz von Verfahren zur Persönlichkeitsdiagnostik, sorgfältige Analyse und Besprechung der Resultate (Hogrefe, www.testzentrale.ch)
- Elemente aus dem S&B-Concept, Laufbahn-Portfolio für Berufstätige, Stellensuchende, Pensionierung, Mittelschülerinnen und -schüler, (www.s-b-institut.ch)

Ihre Investition:

Coaching ist ein aktiver Prozess, rechnen Sie Zeit für Vorbereitungen und Reflexionen ein, denn Sie werden zwischen den Gesprächen Aufgaben von mir bekommen. Je nach Fragestellung empfehle ich:

Laufbahn-Coaching kompakt	3 Gespräche à 60 bis max. 90 min	pauschal Fr. 1'500.-
Laufbahn-Coaching large	5 Gesprächen à 60 bis max. 90 min.:	pauschal Fr. 2'100.-

Die Preise verstehen sich inkl. meiner Vor- und Nachbereitung sowie telefonischer Auskünfte während der Dauer des Coachings. Konditionen auf: www.mariannebreu.ch, Anmeldung via E-Mail oder telefonisch

Lokalität:

Die Coachings finden in meiner Praxis an der Bankstrasse 26 in Uster oder bei Firmenkunden statt. Die Gespräche können ausserdem online via Teams geführt werden.

Laufbahn-Coaching in Kleingruppen:

Das Laufbahn-Coaching biete ich auch in einer Kleingruppe an. Wir nutzen die Vorteile der Arbeit in der Gruppe, das schafft Verbindlichkeit und macht mehr Spass! Gerne erstelle ich eine Offerte.



„Karriere bedeutet viel mehr als das Ansteigen von Lohn, Verantwortung, Hierarchiestufen und Prestige. Ebenso wichtig ist die persönliche Entwicklung, die Gesundheit, das Wohlbefinden, die Lebensfreude sowie die Pflege von Familie und Beziehungen. Wir haben auch eine Karriere als Mensch.“

Dr. Marianne Breu

Pädagogin, Soziologin, Psychologin, Laufbahn-Coach CAS, Erwachsenenbildnerin SVEB, Zertifizierte ZRM®-Trainerin.

Haben Sie Fragen? Ich freue mich auf Ihren Anruf: 079 227 57 15