

## Stressmanagement und Persönlichkeitsentwicklung durch gezieltes Coaching

Sie möchten lernen, besser mit Stress umzugehen, Ihre berufliche Identität schärfen und Ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern? Unser Coaching-Programm bietet Ihnen praktische Unterstützung und bewährte Methoden, um Ihre individuellen Ziele zu erreichen.

### Schwerpunkte des Coachings:

**Stressmanagement:** Entwickeln Sie Strategien zur Stressbewältigung und fördern Sie Ihre innere Balance.

**Persönlichkeitsentwicklung:** Erkennen und nutzen Sie Ihre Stärken, um sich persönlich weiterzuentwickeln.

**Berufliche Identitätsbildung:** Finden Sie Klarheit und Orientierung in Ihrer beruflichen Laufbahn und definieren Sie Ihre Karriereziele.

**Kommunikation:** Verbessern Sie Ihre zwischenmenschlichen Fähigkeiten und lernen Sie, klar und selbstbewusst zu kommunizieren.

### Themen, die Sie momentan beschäftigen

**Ihr Coach:** **Fabian Weber** – B.A. Soziale Arbeit / Sozialpädagogik, M.A. Psychosoziale Beratung, Berufsschullehrkraft für Erzieher\*innen & Sozialassistent\*innen  
**Erfahrungsbereiche:** Kita-Leitung, Arbeit mit minderjährigen Geflüchteten, Kinder- und Jugendhilfe in Wohngruppen, Elternberatung, Mitarbeiter-Coaching, Beratungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe

*„Meine Arbeitsweise orientiert sich stets an den individuellen Themen und Anliegen meiner Klient\*innen. Durch meine Ausbildung und praktische Erfahrung habe ich mich auf den systemischen Ansatz spezialisiert, der es ermöglicht, die komplexen Zusammenhänge und Wechselwirkungen im Leben zu erkennen und effektiv zu adressieren.“*

### Was macht ein systemisches Coaching aus?

- **Ganzheitliche Betrachtung:** Ich betrachte nicht nur das Individuum, sondern auch das Umfeld und die Beziehungen, die Einfluss auf das Leben und die Herausforderungen meiner Klient\*innen haben.
- **Ressourcenorientierung:** Ich arbeite darauf hin, die vorhandenen Stärken und Fähigkeiten meiner Klient\*innen zu erkennen und gezielt zu fördern.
- **Lösungsfokussierung:** Der Fokus liegt auf der Erarbeitung praktischer und umsetzbarer Lösungen, die den Klient\*innen helfen, ihre Ziele zu erreichen und ihre Herausforderungen zu meistern.

### Warum Fabian Weber als Coach?

- **Individuelle Betreuung:** Ich lege großen Wert darauf, die spezifischen Bedürfnisse und Ziele jedes/jeder einzelnen Klient\*in zu verstehen und in den Mittelpunkt meiner Arbeit zu stellen.
- **Erfahrung & Expertise:** Aufgrund meiner fachlichen Qualifikationen und umfangreichen Praxiserfahrungen biete ich fundierte und effektive Unterstützung.

## Bildungswerkstatt

---

- **Vertrauensvolle Zusammenarbeit:** Mir ist ein einfühlsamer und respektvoller Umgang wichtig, welcher eine vertrauensvolle Atmosphäre schafft, in der sich Klient\*innen wohl und sicher fühlen.

*„Ich bin davon überzeugt, dass jeder Mensch das Potenzial hat, sich weiterzuentwickeln und persönliche wie berufliche Herausforderungen erfolgreich zu meistern. Meine systemische und ressourcenorientierte Arbeitsweise unterstützt Sie dabei, neue Perspektiven zu gewinnen und nachhaltige Veränderungen zu erreichen.“*

## Das Setting:

- **Online-Coaching per Teams:** Alle Sitzungen finden bequem und flexibel online per Microsoft Teams-Zugang statt. Sie können von jedem Ort aus teilnehmen, der für Sie passend ist.
- **Dauer & Kosten:** Jede Coaching-Sitzung dauert ca. 50 Minuten und kostet 70,00 €. Coaching-Sitzungen können nach individuellem Bedarf gebucht werden.
- **Zielvereinbarung:** In der ersten Sitzung finden wir gemeinsam heraus, was genau Sie erreichen möchten und wie viele Sitzungen in welchen Abständen dazu nötig sind.
- **Terminvereinbarung:** Termine werden individuell nach Ihren zeitlichen Bedürfnissen mit dem Coach vereinbart.
- **Kostenloses Erstgespräch:** Nutzen Sie ein kostenloses 15-minütiges Erstgespräch, um mich und meinen Ansatz kennenzulernen und Ihre Fragen und Anliegen zu klären.

## Jetzt Kontakt aufnehmen & Erstgespräch vereinbaren:

**E-Mail:** [beratung\\_weber@outlook.de](mailto:beratung_weber@outlook.de)

**Telefon:** 015238707553

## Gebühren je Einheit: 70,00 € inkl. der gesetzl. MwSt.

Der Veranstalter ist ein gemeinnütziger e.V. und umsatzsteuerfrei (§ 4 Abs. 22a UStG)

Unsere Allgemeinen Seminarbedingungen finden Sie unter <https://www.beraterteamkommunal.de/allgemeine-seminarbedingungen/>

Kontaktvermittlung per E-Mail [seminare@beraterteamkommunal.de](mailto:seminare@beraterteamkommunal.de), [bws15@gmx.de](mailto:bws15@gmx.de) oder über die Homepage des BeraterTeamKommunal, auch möglich per Fax an 03 64 21 /2 47 25 bzw. per Brief