



Konzept

Coaching Angebot

Lösungsorientiertes Ressourcen – Coaching

bei:

- Krisen
- Stress
- Trauma
- Burnout
- somatoformen Schmerzstörungen

für:

- Erwachsene Einzelpersonen
- Kinder und Jugendliche

Stresspräventions – Seminare

zur:

- Erhaltung und Förderung der Leistungsfähigkeit

für:

- KMU's

Mein Coaching-Verständnis

Coaching ist keine Therapie sondern eine unterstützende Begleitung für Menschen, die ihre Lebensqualität und/oder Leistungsfähigkeit steigern möchten.

Als Coach ist es mir wichtig den Klienten bei der Findung seiner Problemlösungen und der Reaktivierung seiner Ressourcen wertschätzend zu unterstützen.

Daher ist für mich nur eine Zusammenarbeit mit Klienten, welche freiwillig und motiviert ins Coaching kommen möglich.

Eine Grundvoraussetzung zum guten Gelingen eines Coachings beginnt für mich mit der Überprüfung der menschlichen Chemie zwischen Klient und Coach. Als Coach bin ich mir meiner Verantwortung bewusst diese elementare Frage gut und ehrlich zu reflektieren.



Methode und Wirkungszusammenhänge

Meine Arbeitsweise

- Erklärung der Methode
- Klärung der Rahmenbedingungen
- Vereinbarung der Coaching - Ziele
- Coaching Gespräch
- Neuroimagination®

Methode Neuroimagination®

Neuroimagination® ist eine effiziente Methode, mit der Stress abgebaut werden kann und Traumata verarbeitet werden können.

Mit Neuroimagination® ist es möglich, aktiv und selbstgesteuert einen direkten Einfluss auf die Stresshormone zu bekommen.

Gespeicherte Blockaden im Gehirn können mit der Methode Neuroimagination® aufgelöst werden.

Aufbau der Neuroimagination®

- Atemtechnik
- rechts, links Stimulation (Aktivierung beider Hirnhälften)
- dissoziierte Imagination
- hypnotische Verankerung

Der lösungsorientierte Ansatz, gekoppelt mit der Methode Neuroimagination® ist eine bewährte Art Coachings durch zu führen. Der Klient lernt seine Selbststeuerung zu verstärken und kommt dadurch wieder in seine Kraft Veränderungen effizient anzugehen und in seinen Alltag zu integrieren.



Zielgruppe

- Menschen in Krisensituationen
- Menschen welche durch einen Unfall oder durch Gewalterlebnisse traumatisiert sind
- Menschen welche sich in einem Burnout befinden oder erste Anzeichen eines Burnouts aufweisen
- Menschen mit somatoformen Schmerzstörungen
- Menschen die sich weiter entwickeln möchten

Ausschluss Kriterien

- Massive psychische Erkrankung
- Drogenabhängigkeit
- Für das Coaching nicht motivierte Menschen

Verantwortung Coach:

- Ich halte die Schweigepflicht gegenüber aussenstehenden Dritten ein.
- Ich wende alle mir zur Verfügung stehenden Techniken zum Nutzen des Klienten an.
- Ich verweise meinen Klienten an einen anderen Coach oder Therapeuten, wenn ich nicht mehr in der Lage bin das Coaching fachgerecht durch zu führen.
- Ich halte mich an den Datenschutz.

Verantwortung Klient:

- Der Klient anerkennt, dass er während des Coachings sowie zwischen den Sitzungen selbst verantwortlich ist für seine körperliche und geistige Gesundheit.
- Der Klient anerkennt, dass alle Schritte und Massnahmen im Coaching stets in seinem eigenen Verantwortungsbereich liegen.
- Der Klient anerkennt, dass die vereinbarten Termine verbindlich sind.

Rahmenbedingungen

Die Coachings führe ich in meinem Coaching-Raum an der Toggenburgerstrasse 40 in Rickenbach bei Wil SG durch.

Externe Coachings sind nach Absprache möglich.

Ein Coaching dauert in der Regel zwischen 60 und 90 Minuten.

Für ein gutes Coaching ist gegenseitiges Vertrauen und Wertschätzung ein Muss.



RESSOURCENCOACHING YVONNE BRÜHWILER

Zu meiner Person

Aus- und Weiterbildung

Klein-Kindererzieherin

Diplomierte Psychiatrie-Krankenschwester

GKT®-Coach, DBVC anerkannt

Berufliche Erfahrungen

3 Jahre Klein-Kinder-Erzieherin im In- und Ausland

13 Jahre Psychiatrie-Krankenschwester, Stationsleitung verschiedener Abteilungen (Akut, Psychotherapie, Rehabilitation), Leitung Pflegedienst,

20 Jahre Führung eines eigenen Gastronomie Betriebs

5 1/2 Jahre GKT®-Coach, Teamleiterin bei der Firma Brainjoin AG

Ab 01.08.2012 selbstständiger Coach