

# NOTFALLTELEFON

## Coaching in der Krise

- PROFIL** **Führungskräfte und Mitarbeitende im Homeoffice**
- ESSENZ** Covid-19 ist nicht nur ein furchtbarer Virus, nein, die dadurch bedingten Einschränkungen bedrohen uns Menschen auch auf ganz andere Art und Weise: Wir werden massiv aus dem Gleichgewicht gerissen, Sicherheit und Strukturen schwinden, wir erleben weniger Halt. Da wir diese Situation nun auch noch alleine im Homeoffice bewältigen müssen, kann uns schnell die Decke auf den Kopf fallen. Diese belastenden Themen wollen/können wir eventuell nicht mit Kollegen oder Partnern besprechen.
- METHODIK** Z. B.: Einzel-/Partner- und Gruppenarbeiten, Impulsvorträge, Austausch im Plenum, Reflexionsübungen, Fallbeispiele
- DAUER** Online-Coaching nach individuellem Bedarf auf Abruf  
Es wird innerhalb von 12 Stunden von einem versierten Coach zurückgerufen
- TERMINE | ORT** Termin und Online-Portal nach Absprache
- INHALTE** **Vertrauliche Gespräche für Führungskräfte und Mitarbeitende – mit Anliegen wie:**  
Allein im Homeoffice  
Umgang mit meinen Ängsten und Sorgen (beruflich und privat)  
Hilfe zur Selbsthilfe  
Zukunftssorgen  
Private Belastungen meistern