



Sönke Haas

Systemische Beratung
und Coaching

Methoden- und Grundkonzept Einzelcoaching



EINZELPERSONEN

Typische Themen & Problemstellungen

- Kritische Entscheidungssituationen im Berufs- oder Privatleben
- Berufliche Erst- oder Neuorientierung
- Outplacement (Arbeitgeber getrieben)
- Umgang mit einschneidenden Lebensereignissen
- Umgang mit Karriereenttäuschungen
- Psychosoziale Krisen (keine Psychotherapie)
- Stressmanagement & vereinb. Beruf und Familie
- Erweiterung der Sozialkompetenz
- Selbstmanagement & Arbeitsstilveränderung
- Entwicklung der Person oder des geführten Teams
- Umgang mit Veränderungen im Berufs- oder Privatleben

Methoden & Wirkprinzipien

- Situationsanalyse und Kontextualisierung
- Ressourcenorientierung, hin zu „Was ist da und gut?“ ...weg von...“was stört oder fehlt...?“
- Hypothesengeleitetes Reframing durch Möglichkeitsfragen
- Systemaufstellungen und Skulpturbildung zur Abbildungen innerer Empfindungen
- Tetralemma bei Entscheidungsfindungen
- Analyse biographischer Gegebenheiten (Genogramm) und Vorgeschichten
- Bildimpulse & Bildverfahren
- Arbeit mit den „inneren Team“ oder dem „Seitenmodell“
- Impakttechniken und multisensorisches Lernen

Systemische Beratung bietet...

...ein Verfahren an, das sich aus der **systemischen Psychotherapie** ableitet.

Sie begreift Probleme nicht als Fehler eines einzelnen Menschen, sondern als Folge der Umstände im **sozialen** Umfeld der Individuen.

Ein System kann beispielsweise die **Familie, das Paar oder das Arbeitsumfeld** sein. Die Wechselwirkungen zwischen den Betroffenen und dem individuellen Umfeld stehen also im Fokus der systemischen Beratung.

Systemische Beratung bedient sich **keiner Schublade** oder Typsysteme, wenn auch solche Vereinfachungen der komplexen Realitäten der Menschen gelegentlich für ein inneres Weiterkommen hilfreich sein können.

In den Sitzungen oder Workshops können Impulse gesetzt werden oder durch gelenkte Interaktion entstehen. Der eigentliche Veränderungsprozess findet in den Personen oder den Teams dannach statt und muss sich im Alltag bewähren.

Systemische Beratung geht davon aus, dass nur die **Person selber sich verändern** kann, sie baut also auf Eigenverantwortung und dem Willen zu kommunizieren.



Sönke Haas
Systemische Beratung
und Coaching

Ihr systemischer Berater

Sönke Haas
Dipl Pädagoge,
Systemischer Berater (DGSF),
Coach und Trainer seit 2010



<https://www.soenke-haas.de/>

Anmeldung & Ort

Ort: Durmersheimer Str 36c, 76185 Karlsruhe
Anmeldung an: kontakt@soenke-haas.de
Kontaktaufnahme: 0151 688 50 322