

## Für wen?

Ein Coaching unterstützt jeden, der etwas an seiner privaten oder beruflichen Lebenssituation ändern will und den ersten Schritt hin zu einem **glücklicheren Leben** finden möchte.

Welche Form des Coachings für Sie geeignet ist, können wir gerne in einem Vorgespräch klären.

## Wie coache ich?

Mein Coaching besteht aus klärenden, strukturierten Einheiten einerseits und psychologischen, tiefenwirksamen Erkundungen andererseits.

Wichtig ist mir der stete Blick auf das, **was dem Kunden gut tut**. Dieser Blick, gepaart mit Struktur und Intuition, ist mein wichtigstes Werkzeug.

Mit Methoden aus Systemischer Beratung, NLP (Neurolinguistisches Programmieren) und der Lösungsfokussierten Gesprächsführung stärke ich Sie dabei, sich aus alten Rollen und Verstrickungen zu lösen. So bekommen Sie schon nach kurzer Zeit einen Blick für neue und umsetzbare Möglichkeiten.



Ich bin der festen Überzeugung, dass jeder Mensch das **Recht auf ein erfülltes Leben** hat, und ich empfinde es als eine großartige Aufgabe, Sie auf diesem Weg zu begleiten!

Rudolf D., Hannover

*Barbara Burghardt verfügt über eine beeindruckende Mischung aus fachlichem Wissen und dem richtigen Maß an Intuition. Mit viel Respekt und einem unglaublichen Gespür für das Gegenüber unterstützt sie ihre Klienten, den eigenen Weg zu finden und zu gehen.*

## Balooop

- Beruf coaching
- Privat coaching
- Seminare



### Barbara Burghardt

Systemische Beraterin und Coach

## Arbeitsschwerpunkte

- innere Konflikte klären
- Denkschleifen auflösen
- Selbstwertgefühl stärken
- Krisenbewältigung
- Berufliche Neuorientierung

## Besonderheiten

- Methodischer Schwerpunkt: Systembrett / System-Pads
- Strukturiertes, transparentes Vorgehen
- Langjährige Erfahrung im Berufsfeld der Selbstständigkeit

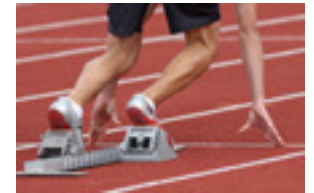
## Kontakt

BalooopCOACHING  
Sackmannstr. 3  
30453 Hannover

(0511) 2 61 79 31  
Info@balooop.de  
www.balooop.de



## Ich mach das jetzt einfach!



Beruf coaching | Privat coaching | Seminare

## Beruf coaching

Wir alle wissen, dass der Beruf nicht das ganze Leben ist. Und täglich erfahren wir, dass er eben doch einen großen Teil für uns, unsere Identität und nicht zuletzt auch für unser gesamtes Wohlergehen ausmacht. Vielleicht, so ahnen wir, macht nicht allein Zufriedenheit im Beruf glücklich. Aber eine **glückliche Berufssituation** würde vermutlich sehr viel zufriedener machen.

„Aus den Steinen, die dir in den Weg gelegt werden, kannst du etwas Schönes bauen.“

(Erich Kästner)

Während eines Beruf coaching werden Möglichkeiten gefunden, neue berufliche Wege zu entdecken und umzusetzen.

Das kann eine ganz neue Berufsperspektive sein, eine veränderte Position in der aktuellen Firma oder ein erster vorsichtiger Blick auf das, was Sie *eigentlich* gerne tun würden.

## Privat coaching

Angst, Trauer oder Wut rühren oft daher, dass wir mehr Kontakt nach außen haben als nach innen. Dass wir uns also mehr nach dem richten, was die Außenwelt denkt, erwartet oder verhindert als nach dem, was wir selbst wünschen, nicht möchten oder an uns schätzen.

Während eines Privat coaching werden Möglichkeiten gefunden, wie dieser **Kontakt nach innen** (wieder) hergestellt wird, so dass Sie sich immer öfter auf das eigene Fundament verlassen können.

„Sich selbst zu lieben ist der Anfang einer lebenslangen Leidenschaft.“

(Oscar Wilde)

## Seminare

Baloo COACHING gibt Seminare zu Themen wie

- Systemische Lösungs-Aufstellung: wirksame Lösungsbilder für private und berufliche Anliegen
- selbstwirksamer Umgang mit Emotionen
- von der Innen- zur Außenwahrnehmung
- Neuorientierung im Berufs- und Privatleben
- Beruforientierung (für Schüler)
- kreatives wissenschaftliches Schreiben

Die Seminare werden u.a. angeboten bei

- dem Bildungsverein Hannover
- der VHS Hannover
- Jobself Hannover
- Baloo COACHING

Weitere Informationen zu aktuellen Seminaren unter [www.baloo.de/seminare.html](http://www.baloo.de/seminare.html)

„Was mir an B. Burghardt besonders gut gefällt ist, dass sie sich viel Zeit nimmt, ein reichhaltiges Methodenrepertoire hat und mir für meine eingefahrenen Denk- und Fühlmuster immer wieder neue Richtungen anbietet. So erarbeiten wir gemeinsam Lösungen, mit denen ich überhaupt nicht gerechnet habe - und die im Nachhinein so einfach sind.“

M. Eckhoff, Hamburg

## Referenzen

- Clementinenhaus Hannover (Führung coaching)
- FH Hannover, Fachbereich IK (Studien coaching, Mentorenschulung)
- MissSporty Hannover (Kurzseminar Work-Life-Balance)
- Universität Braunschweig (Kreatives Schreiben / Schreib coaching)
- Zahlreiche zufriedene private Coaching-Kunden

## Baloo COACHING

Baloo - das steht für "Ich mach das jetzt einfach!" und damit für den Wunsch, Menschen zu ermutigen und zu bewegen.

Diese Bewegung kann minimal oder extrem sein, sie kann sich auf innere oder äußere Prozesse beziehen. Entscheidend ist für mich, dass mit jeder Bewegung etwas in Gang kommt, wodurch mit der Zeit die **Lebensqualität erhöht** wird.

Meine Arbeit stellt sich den Widersprüchen, die während dieses Prozesses entstehen können: Zweifel und Zuversicht, Anstrengung und Leichtigkeit, Leid und Glück stehen oft nah beieinander.

Ich betrachte es als meine Aufgabe, **das gesamte Spektrum** zu respektieren und gleichzeitig den Blick für die Lösung im Auge zu behalten.

Coaching ist aus meiner Sicht eine Beziehung, in der der Coach die Verantwortung für die Gestaltung des Coaching-Prozesses und der Kunde die inhaltliche Verantwortung übernimmt.

(S. Radatz, Systemikerin)

Wichtig ist mir, dass die Selbstverantwortung beim Klienten bleibt: er ist **der Experte für die eigene Routenplanung**, für die Länge der einzelnen Etappen und Pausen, für Start und Ziel. Ich bin also vor allem dafür da, im entscheidenden Moment für Stärkung, Richtungsfindung oder die Beseitigung von Blockaden zu sorgen. Im Anschluss an eine Coachingeinheit geht der Kunde zuversichtlich seinen eigenen Weg.



## Informationen zum Coaching

### Für wen?

Ein Coaching hilft jedem, der etwas an seiner privaten oder beruflichen Situation verändern will. Coaching ist keine Therapie, sondern eine Methode, in der Sie und der Coach gemeinsam eine umsetzbare Lösung erarbeiten.

### Dauer?

Ein Coachingprozess dauert je nach Anliegen zwischen 2 und 10 Einheiten. Bei der Suche nach dem „ersten Schritt“ genügt oft bereits eine Coachingeinheit.

### Kosten?



**Im Coaching enthalten** sind bei Bedarf & Interesse:

- Telephonisches Vorgespräch
- im Coaching erarbeitete Unterlagen
- entstandenes Photomaterial
- weiterführende Literatur zum Thema
- einmalige Nachbereitung per Mail

#### **Impuls-Coaching:**

30 Minuten à 40 €

#### **Standard-Coaching:**

90 Minuten à 90 €

#### **Intensiv-Coaching :**

3 Stunden „am Stück“ à 200 €

Das Coaching ist steuerlich absetzbar.