

Pressemitteilung

Im Urlaub die Weichen neu stellen - Coaching auf Sylt.

DCV-zertifizierte Coach bietet Beratung auf Deutschland nördlichster Insel.

Sylt, den 08.11.2016

Ob Fragen bezüglich der eigenen beruflichen Entwicklung oder nach der Zufriedenheit im augenblicklichen Job, ob konkrete Herausforderungen des Alltags oder das Thema „Lebensbalance“ – oft bleibt die Beschäftigung mit den entscheidenden Fragen im Alltag auf der Strecke.

„Manche beruflich hoch engagierte Menschen verschieben immer wieder Coachingtermine aus Zeitgründen“, erläutert Margot Böhm, Coach für Karriere- und Unternehmensentwicklung und zertifiziert vom Deutschen Coachingverband. Deshalb bietet sie eine einzigartige Möglichkeit: Eine Coaching-Auszeit dort, wo andere Urlaub machen - weit weg von den gewohnten Routinen des Alltags. Ganz besonders im Herbst und Winter findet man Ruhe auf Sylt.



Auf der nördlichsten Insel Deutschlands verbrachte Margot Böhm die Sommer ihrer Kindheit und ist ihr bis heute treu geblieben - seit diesem Jahr lebt sie sogar ganz auf Sylt und verfügt über ansprechende Coachingräume im Herzen Westerlands, der „Hauptstadt“ der Insel. „Die besondere, inspirierende Atmosphäre, die Landschaft, der Wind, das Meer – ein idealer Ort, um bewusst mit sich selbst in Verbindung zu treten und Ruhe zu haben für die Planung anstehender Veränderungen“ - so beschreibt die professionelle Beraterin ihre Wahl und setzt damit auf eine Umgebung, die die Menschen „runterkommen“ lässt.

Der erste Schritt sei es, sich selbst den eigenen Fragen zu stellen und der zweite, sich mit einem professionellen Gegenüber an Antworten heranzutasten. „Hinschauen und Neuem eine Chance geben“, so fasst Margot Böhm den Inhalt von Coaching zusammen. „Die Dinge aus der Distanz betrachten und kreativen Lösungen Raum geben – um anschließend bei Strandspaziergängen oder Wattwanderungen das Erarbeitete wirken zu lassen.“ Manchmal habe man schneller Klarheit als

man dachte, sagt sie, was auch mit der von ihr gewählten Arbeitsweise zusammen hänge.

„Ich setze gerne ‚kreative Methoden‘ ein“, führt die Coach aus: „weil diese sehr schnell dabei helfen, sich selber auf die Spur zu kommen und sich der eigenen Möglichkeiten und auch Grenzen bewusst zu werden.“ Sie arbeite mit Bildern, Symbolen und Entspannung, aber auch mit Strukturmodellen und Checklisten – abhängig von der Person und ihrem Anliegen. Sie gäbe dabei keine Ratschläge, sondern unterstütze und stärke die Menschen dabei, ihren eigenen Weg zu gehen.

Die Anliegen der Beratungssuchenden seien vielfältig, so Margot Böhm. „Manche Menschen wollen mehr über sich erfahren oder konkrete Fragen klären, andere suchen vor allem eine Art Sparringspartnerin, mit der sie anstehende Aufgaben durchsprechen wollen. Die meisten wünschen sich Feedback, und das bekommen sie auch.“

Zu Beginn der gemeinsamen Arbeit stehe immer die sorgfältige Klärung der Ziele für das Coaching, damit eine tragfähige Zusammenarbeit und nachhaltige Wirkungen möglich werden. Im Blick auf diese werde dann jede Sitzung individuell gestaltet.

Bei der Inanspruchnahme von Coachings seien verschiedene zeitliche Modelle denkbar: eine oder mehrere dreistündige Einheiten oder auch die ganz- oder mehrtägige Arbeit, die im Übrigen drinnen oder draußen stattfinden könne. Nach der Coaching-Auszeit könnten die Ergebnisse gemeinsam mit der Coach per Mail, Chat, Telefon oder Videocall gesichert und weiterentwickelt werden.

Manch einer entscheidet sich auch für einen Follow-up-Termin, bei dem eine Auswertung des Coachings erfolgt. "Endlich habe ich eine Vorstellung davon, wo ich hin will und wie es für mich weitergeht", so einer der Coachees begeistert, "ich kenne meine nächsten Schritte, ich weiß was ich zu tun habe. Durch das Coaching konnte ich eine Entscheidung treffen".

Mehr Informationen bekommen Sie bei Margot Böhm, 04651 - 836 536, unter www.coaching-auf-sylt.de und auf www.coachingzentrum.de.

Zeichen: 3.709 mit Leerzeichen ohne Headlines

PROFIL

MARGOT BÖHM



- Diplom-Pädagogin, SeniorCoach/LehrCoach (DCV)
- Geboren am 08.03.1964 in Olsberg, verheiratet, zwei erwachsene Töchter
- Seit 2002 selbstständig als Unternehmensberaterin und Coach in eigener Praxis, seit 2009 Cochausbilderin
- Inhaberin des coaching.zentrum Margot Böhm

Tätigkeitsschwerpunkte:

- Coaching für professionelles Handeln und Persönlichkeit - mit Einzelnen, Teams, Gruppen, Organisationen (Konfliktlösung und Zusammenarbeit, Führung, Karriere, Selbstpositionierung)
- Coachingbasierte Unternehmensentwicklung
- Coach-Ausbildungen (DCV-zertifiziert), Supervision und Weiterbildungen in Sachen Coaching (offene Angebote und maßgeschneidert für Unternehmen und Organisationen)
- 2010 – 2014: Mitglied der Zertifizierungskommission des Deutschen Coachingverbandes (DCV)
- 2014 – 2016: Sprecherin des Vorstandes des Deutschen Coachingverbandes (DCV)

Weiterbildungen:

- 1995 – 1996: Integrative Gestaltarbeit: Kreativitätstraining/Kreative Therapie, FPI Hückeswagen
- 1997 – 1999: Organisationsberatung, ERGON Kronberg i.Ts.
- 2004 – 2005: NLP-Master, DVNLP
- 2007 – 2010: Körpersymbolik, innere Bilder und Bewusstsein (Dr. Detlef Kappert)
- 2012: Tanztheater (Dr. Ronit Land)
- 2014: Systemische Strukturaufstellungen und hypnosystemische Choreographien (Matthias Varga von Kibed, Insa Sparrer und Gunter Schmidt)

Zertifizierungen/Zulassungen:

- Zertifiziert als SeniorCoach und LehrCoach beim Deutschen Coachingverband (DCV) sowie als Ausbildungsinstitut
- Auditiert bei der „Forschungsstelle Coachgutachten“, Prof. H. Geißler, Uni Hamburg

Buch:

- Intuitiver Methodeneinsatz in Coaching-Prozessen – Grundlagen und Praxisbeispiele, Springer 2016

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'M. Böhm'.