

# Entwicklungen anstossen – Impulse setzen für Einzelpersonen

Lösungsorientiertes Coaching für berufliches und persönliches Wachsen



**intu**  
consulting & coaching  
sarah peter vogt

Mit einer lösungsorientierten Begleitung erlangen Sie Klarheit und Sicherheit, erarbeiten Handlungsoptionen und gewinnen Vertrauen in die eigene Umsetzungsfähigkeit.

## Führungscoaching

Führungsverhalten reflektieren und verbessern, Unterstützung bei frischer Führungsverantwortung, Konfliktfähigkeit verbessern

## Persönlichkeitscoaching

Stärken leben, Potenziale nutzen, mit Schwächen gekonnt umgehen, Belastungen erkennen und bewältigen, persönliche Vision entwickeln

## Karrierecoaching

Standortbestimmung durchführen, berufliche Perspektiven und Ziele entwickeln, motivierende Vision finden, berufliche Neuausrichtung anstossen

## Vorgehen

1. Ersttermin mit Auftragsklärung und Coachingvereinbarung, Zielen und Bearbeitung der konkreten Situation
2. Folge-Coachings
3. Evaluation, evtl. späteres Follow Up

## Ihr Nutzen

- Klarheit gewinnen und Wahlmöglichkeiten erweitern
- Selbststeuerung ausbauen oder zurückgewinnen
- Eigenes Wohlbefinden steigern
- Erste Schritte planen und Umsetzung angehen
- Kurze, zielführende & praxiserprobte Coachingmethode

## Methodischer Ansatz

Ob ZuhörerIn, SparringpartnerIn, ImpulsgeberIn, ProzessgestalterIn, BeobachterIn oder Fragende: Im lösungsorientierten Coaching erschaffen wir zusammen neue Perspektiven und Handlungsspielräume. Damit sind Sie in der Lage, wirksame Entscheidungen zu treffen und neue Herausforderungen sowie Veränderungen gezielt und nachhaltig zu initiieren und umzusetzen. Als Coach bringe ich ein tiefes systemisches Verständnis und Fachwissen, eine breite Methodenkompetenz und eine jahrzehntelange Linien- und Beratungserfahrung in Unternehmen und Institutionen mit.

## Interesse?

Gerne beantworte ich Ihre Fragen. Ich freue mich, mit Ihnen einen Termin für ein persönliches Erstgespräch zu vereinbaren. Nehmen Sie Kontakt mit mir auf!

## Ihr Coach

Sarah Peter Vogt, Coach/Supervisorin bso  
MAS Coaching FHNW  
intu consulting & coaching  
Rebengasse 2 CH-9436 Balgach  
++41 79 711 04 54  
sarah.petervogt@intu.ch, [www.intu.ch](http://www.intu.ch)

### Coachingräume:

Hauptstrasse 25 in Balgach, weitere Coachingräumlichkeiten in St.Gallen und Zürich oder online

