

**Meine Arbeit basiert auf**  
erprobten Konzepten für Berufliche Neu-  
orientierung, auf einem breiten methodischen  
Spektrum, auf einem systemischen Verständnis  
von Arbeit, auf langjähriger Erfahrung als  
Supervisorin und Coach und nicht zuletzt auf  
meiner Überzeugung, die in diesem Zitat  
ausgedrückt ist:

*" Man kann auf Dauer nicht gewinnen, wenn man  
nicht das tut, was zu einem passt."  
Bernd Schmid*

## Helga Daniels

Zertifizierte Supervisorin, Institut für Humanistische  
Psychologie Köln • Zertifizierte Psychodrama-Leiterin,  
Moreno-Institut Stuttgart • Weiterbildungen u.a. in  
Coaching-Methoden, Systemischer  
Strukturaufstellung • 10 Jahre „spiegelndes“  
Improvisationstheater (Playback-Theater)

Diplom-Pädagogin • Langjährige Erfahrung als  
Supervisorin in den Arbeitsfeldern Beratungsdienste,  
Berufliche Weiterbildung, Freie Berufe, Schule,  
Gesundheitswesen • Seminarleiterin in  
Bildungswerken, für Berufsverbände, Kommunale  
Einrichtungen, Themen u.a. Leitungskompetenz  
stärken; Frauen und Geld

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Supervision  
(DGSv) – Mitglied bei „Schöne Aussichten“ Verband  
selbständiger Frauen e.V.

**Weitere Angebote:**  
EinzelCoaching  
s. Website

**Helga Daniels**  
Supervision | Coaching | Training

Cäsarstraße 78 - 50968 Köln  
fon + fax 0221 - 469 10 42  
www.helga-daniels.de  
post@helga-daniels.de

**„In mir steckt noch mehr !“**

Neuorientierung im Beruf



Coaching-Gruppe  
für Frauen 40+

**Mit 40 Jahren** ist beruflich oft ein Zeitpunkt erreicht, an dem man eine Art Zwischenbilanz zieht:

- Wo stehe ich?
- Kann ich nochmal was Neues wagen?
- Wie kann ich mich weiterentwickeln?
- Wo kann ich mein Potential am besten einsetzen?
- Wie viel Sicherheit brauche ich, wie viel Risiko kann ich eingehen?
- Muss ich meinen Job ändern oder vielleicht meine Haltung?

**Mit meiner professionellen** Unterstützung und dem Support durch die Gruppe können Sie

- konstruktives Feedback bekommen
- Möglichkeiten und Anregungen erfahren
- nächste Schritte ausprobieren
- zum Durchhalten ermuntert werden
- sich selbst besser einschätzen
- vielleicht eine mutige Entscheidung treffen
- Networking und „Klüngeln“ mit den anderen praktizieren

**In kleiner Runde** treffen Sie sich in monatlichen regelmäßigen Abständen. Die maximale Größe von 6 TeilnehmerInnen garantiert genügend „Raum“ für die individuellen Themen.

**In einem ersten Schritt** geht es um eine Bestandsaufnahme. Manche sind einen sehr geradlinigen Weg gegangen, manche haben interessante Umwege gemacht. Erste Ziele werden formuliert (Wenn das Coaching erfolgreich ist, was ist dann nachher anders? Wer würde das merken?)

**Wir begeben uns** sozusagen auf eine gemeinsame Reise, mit „Haltestellen“, die wir nach Bedarf anfahren können: Potentialanalyse – Das verborgene Muster der Berufsbiographie – Leitbilder und Motivationen – Bekannte und unbekannte Stolpersteine – Praktisches Handwerkszeug wie Recherche, Bewerbung, Konfliktgespräche ... – Strategien für die nächsten Schritte

**Die Grundlage unserer Arbeit** ist getragen von Verbindlichkeit, gegenseitiger Wertschätzung und Diskretion.

**Teilnehmerinnenzahl:**

max. 6 TeilnehmerInnen

**6 Termine, nach Absprache**

dienstags, 19:00 – 21:30 Uhr

Start März und September

**Turnus:**

1x monatlich 2,5 Zeitstunden,

**Ort:**

Praxisraum im Kölner Süden

**Kosten:**

Pro Sitzung 40,- incl. Getränke u. Arbeitsunterlagen  
gesamt 240,- €

i. d. R. vom Finanzamt als Weiterbildung  
anerkannt und steuerlich absetzbar

**Information u. Anmeldung** bitte telefonisch

Weitere Unterlagen werden zugeschickt

**Ziele setzen – Chancen nutzen!**