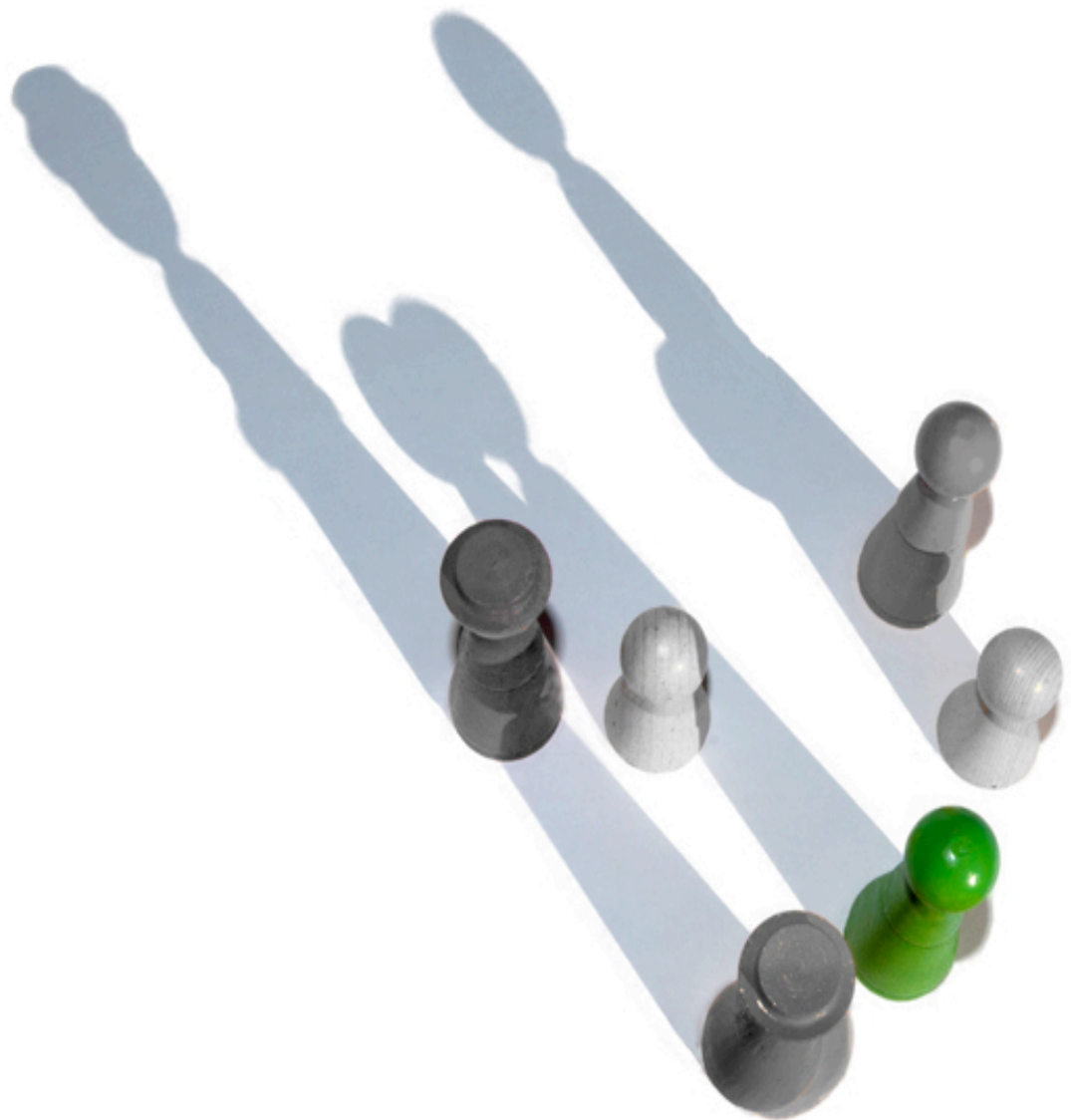


# Coaching - Beratung - Supervision

## Persönlichkeitsentwicklung



## **TOR-R Schulung – Coaching - Entwicklung**

### **Ruth Torr psych. Beraterin / Coach / eidg. Ausbilderin FA**

Persönlich, ganzheitlich, kompetent, respektvoll. So verstehe ich meinen Auftrag als Coach. Der systemisch-lösungsorientierte Ansatz ist die Basis meiner Arbeit und überzeugt mich durch sein vielfältiges Methodenrepertoire und seine ressourcen- und lösungsorientierte Herangehensweise. Meine langjährigen persönlichen Erfahrungen lassen mich die Arbeit mit Klienten als sehr individuelle Entwicklungsprozesse begreifen. Mal schneller, mal langsamer - aber immer vorwärtsgerichtet, werden so Handlungsspielräume ausgelotet und erweitert. Eine vertrauensvolle Atmosphäre, Wertschätzung und Würde auch in schwierigen Situationen ist dabei Grundlage in meiner Arbeit mit Menschen.

### **Aus-/Weiterbildung**

- Erwachsenenbildung eidg. FA
- Zert. systemische Beraterin
- Zert. systemischer Coach für Familien, Paare und Teams
- NLP-Master-Coach DVNLP
- Lösungsorientierte Kurzzeitberatung
- Weiterbildung in:
  - Psychopathologie, Neurobiologie
  - Professionelles Enneagramm
  - Hypnosystemisches Coaching

### **Erfahrung als ...**

- Ausbildungs- und Seminarleiterin
- Psych. Beraterin und Coach für Einzelpersonen, Paare, Familien und Teams
- Coach für Führungskräfte
- Supervisorin für Gruppen und Einzelpersonen
- Kursleiterin im Sozial- und Gesundheitsbereich

### **Mein Angebot**

Persönliche Lebenswege entstehen aus den vielen Schritten, die jede/r Einzelne von uns geht, ob bewusst gewählt oder nicht. Dabei geraten wir manchmal in unübersichtliche oder konflikthafte Situationen, die konkrete Entscheidungen oder Haltungen erfordern. Was ist jetzt richtig für mich und die Menschen in meinem Lebensumfeld?

In solchen Phasen kann es sinnvoll sein, seine Situation mit einem Außenstehenden zu klären, verschiedene Standpunkte einzunehmen, Prioritäten zu setzen und die nächsten Schritte in Richtung einer Lösung zu erarbeiten.

**Coaching / Beratung für Einzelpersonen** ist hilfreich.....

- bei Befürchtungen und Blockaden
- zur Klärung von Beziehungsproblemen
- bei hinderlichen Verhaltens- und Denkmustern
- damit sie ihre Ressourcen erkennen und wirksam einsetzen
- zur erfolgreichen Bewältigung von Konfliktsituationen
- wenn sie ausgebrannt und erschöpft sind....
- neue Perspektiven suchen.....
- Ihrem Leben neuen Schwung geben möchten
- bei anhaltender Unzufriedenheit und Erschöpfung

**Coaching für Führungskräfte**

- für berufliche und betriebliche Veränderungsprozesse
- Erreichen von Zielen
- Realisieren von Projekten
- Potentiale entwickeln
- Berufliche Positionierung
- Win-Win Kooperationen
- Gesundheit und Integration der Persönlichkeit
- Sinnfindung und Gleichgewicht

**Coaching mit Paaren und Familien**

- Verbindendes und Trennendes
- Unterschiede und Gemeinsamkeiten
- Entscheidungen / Lösungswege
- hilfreiche und schwierige Kommunikations- / und Konfliktstrukturen
- verschiedene, sich manchmal widersprechende Beziehungserwartungen
- wiederkehrende Eskalationsspiralen in Auseinandersetzungen / unterstützende Konfliktbewältigungsstrategien
- Verletzungen und Kränkungen / Verständigung und Versöhnung
- Verluste und Trauer / Loslassen und Neubeginn
- Verständigung über die gemeinsame Paar- und Familiengeschichte(n)
- Entwickeln von neuen Zielen
- Begleitung bei Trennungen, sich neuorientieren als Familie

### **Supervision für Einzelpersonen und Gruppen**

- Supervision ermöglicht Erwerb von Wissen und neuer Information (Beraterkompetenz).
- Supervision schafft Raum, um berufliche Anliegen und Herausforderungen zu reflektieren. Sie bietet Unterstützung bei der Bewältigung der oft komplexen Anforderungen.
- Supervision dient als Ressource und Inspiration für Fragen des beruflichen Alltags und sie führt zur Weiterentwicklung der fachlichen und sozialen Kompetenzen.
- Sie können alles einbringen, was Sie beschäftigt: Supervision für Ihre Beratertätigkeit (Reflexion), persönliche Themen und Probleme, Stolpersteine bei der Arbeit und Privat.

### **Teamentwicklung** für Teams, Gruppen und Institutionen

damit die Zusammenarbeit erfolgreich ist ...

- werden Arbeitsprozesse gemeinsam analysiert und optimiert
- förderliche Faktoren werden identifiziert und nutzbar gemacht
- das Problem mit neuen Sichtweisen betrachten und den Handlungsspielraum vergrössern
- begleite ich Teams und Gruppen, bei der Lösungsfindung zu aktuellen Fragestellungen
- erarbeiten von Strategien zur Konfliktbewältigung und Förderung eines guten Arbeitsklimas
- Team - Entwicklung oder Teambildung fördern und das Klima der Zusammenarbeit verbessern

### **Ausserdem..**

Massgeschneiderte Aus- und Weiterbildungen für Ihr Team

### **Ruth Torr freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme:**

TOR-R Schulung – Coaching - Entwicklung  
Wartstr. 14 8400 Winterthur  
Tel.: 078 621 43 09 [info@tor-r.ch](mailto:info@tor-r.ch), [www.tor-r.ch](http://www.tor-r.ch)