



Den eigenen Arbeitsalltag klarer sehen

Klarheit im Beruf

Verstehen, was dir bei der Arbeit wichtig ist, was dich stärkt oder beansprucht und wo du selbst Einfluss nehmen kannst.

Gutes Arbeiten genauer betrachten

Bedürfnisse und Grenzen einordnen

Eigene Handlungsspielräume erkennen

DARUM GEHT ES

Was macht gutes Arbeiten für mich aus?

Im beruflichen Alltag wirken viele Dinge gleichzeitig: Aufgaben, Erwartungen, Zusammenarbeit, eigene Ansprüche und die Bedingungen, unter denen du arbeitest.

Im Seminar nimmst du dir Zeit, diese Ebenen auseinanderzuhalten. Du schaust darauf, was dich stärkt oder beansprucht, welche Bedürfnisse und Grenzen eine Rolle spielen und wo du selbst Einfluss nehmen kannst. So entsteht Schritt für Schritt dein persönlicher Orientierungsrahmen für den beruflichen Alltag.

Zusammenarbeit mit im Blick

Was für dich stimmig ist, trifft auf andere Menschen, Bedürfnisse und gemeinsame Anforderungen. Unterschiedliche Perspektiven zu verstehen hilft, Situationen klarer einzuordnen und Klärungen bewusster anzugehen.

Persönliche Inhalte teilst du nur so weit, wie es für dich stimmig ist.

WAS DU NACH DEN SEMINARTAGEN KLARER SEHEN KANNST

- was für dich gutes Arbeiten ausmacht
- welche Erwartungen tatsächlich bestehen und wo eigene Ansprüche mitwirken
- was du selbst beeinflussen kannst und was gemeinsam geklärt werden muss
- was dich stärkt und was dich auf Dauer beansprucht
- wo deine persönlichen Grenzen liegen
- was unterschiedliche Sichtweisen für Zusammenarbeit bedeuten

So arbeiten wir



Im Seminar arbeitest du mit konkreten Situationen aus deinem beruflichen Alltag. Du reflektierst für dich und tauschst dich - je nach Thema - zu zweit, in kleinen Gruppen oder gemeinsam aus.

- 1 Wahrnehmen.** Was macht gutes Arbeiten für dich aus - und was stärkt oder beansprucht dich?
- 2 Unterscheiden.** Erwartungen, eigene Ansprüche, Bedürfnisse und Grenzen werden klarer.
- 3 Einordnen.** Du klärst, was du beeinflussen kannst, wofür du verantwortlich bist und was gemeinsam geklärt werden muss.
- 4 Verbinden.** Im Orientierungsbild führst du deine Erkenntnisse zu einem persönlichen Rahmen zusammen.

Arbeitsweise

Kurze fachliche Impulse eröffnen neue Blickwinkel. Im Mittelpunkt steht deine eigene Auseinandersetzung. Ein persönliches Orientierungsbild begleitet dich durch alle vier Seminartage und verbindet deine Erkenntnisse.

RAHMEN UND DURCHFÜHRUNG

Vier Tage mit Abstand vom Arbeitsalltag

4 Tage

aufeinanderfolgende
Seminartage

9-12

Teilnehmende in einer
kleinen Gruppe

Ortsoffen

ruhiger Seminarort mit
konzentrierter
Atmosphäre

Aktuelle Termine

auf der Seminarseite

WER DICH BEGLEITET

Stephan Martin

Coach · Supervisor · Prozessbegleiter

Ich begleite die Sichtfeld-Horizonte-Seminare als Coach, Supervisor und Prozessbegleiter. Dabei verbinde ich langjährige berufliche und Führungserfahrung mit fundierter Arbeit in Coaching, Supervision und Organisationsberatung.

Ich arbeite ruhig, strukturiert und zugewandt - mit Raum für eigene Gedanken, Austausch und neue Sichtweisen.

DGS

Deutsche Gesellschaft für
Supervision und Coaching

Mitglied

Du möchtest deinen Arbeitsalltag einmal mit etwas Abstand betrachten?

Wenn du über neue Termine informiert werden möchtest, kannst du dich gern vormerken lassen.

Mehr erfahren: sichtfeld-coaching.de/klarheit-im-beruf/

