

## Netzwerk

Die COVID-Pandemie stellt unser Leben, unsere Gesellschaft auf eine harte Probe. Davon betroffen sind insbesondere Unternehmen – denn viele von ihnen stehen vor dem drohenden (finanziellen) Aus. Diese Belastungen sind für die Psyche der betroffenen Menschen enorm hoch.

Schweizweit formiert sich ein Netzwerk von Coaches, die COVID-betroffenen Unternehmen Coachings anbieten. Ziel dieses Netzwerkes ist, einen solidarischen Beitrag zu leisten – kostenlos!

### Hilfe für UnternehmerInnen, Kunstschaffende, Saisoniers, Freelancer, Ein-Frau/Mann-Betriebe

---

Sie befinden sich aufgrund von COVID in einer belastenden Situation und kommen alleine nicht weiter? Sie haben das Bedürfnis, mit einem aufmerksamen Gegenüber ihre Themen auf Augenhöhe zu besprechen?

Wenden Sie sich bei Interesse an den unten angegebenen Kontakt. Sie erhalten eine Liste mit Coaches des Netzwerkes. Die Kontaktaufnahme für ein Erstgespräch erfolgt direkt zwischen Ihnen und einem Coach. Wenn die Chemie für weitere Gespräche stimmt, werden Zielsetzung, Ort und Termine vereinbart – weiterhin auf kostenloser Basis im laufenden Jahr 2021.

### Mögliche Fragestellungen / Themen

---

- Was bedeutet Resilienz?
- Wie bewege ich mich als UnternehmerIn in dieser akuten und belastenden Situation?
- Wo sind meine Ressourcen, persönliche Stärken, wo und wie kann ich neue Energie tanken?
- Wo behindere ich mich selbst – oder anders herum. Wie kann ich mich beflügeln?
- Wie gelange ich zu neuen Ideen und Perspektiven?
- Wie sieht der Blick in die Zukunft aus?
- Wo liegt das Potential für die Zukunft im Hinblick auf meine Kompetenzen?
- Welches könnten die nächsten Schritte sein?

Bei starker psychischer Belastung ist das rechtzeitige Beziehen von Fachpersonen (Ärzte, Therapeuten) in Erwägung zu ziehen. Coaches verfügen über gute Netzwerke und können – allenfalls ergänzend zum Coaching – entsprechende Kontakten empfehlen.

### Was ist Coaching, was kann Coaching bewirken?

---

- Coaching ist Dialog - Beratung ohne Ratschlag - professionelle Hilfe zur Selbsthilfe.
- Coaching ist professionelle Begleitung und Unterstützung von Personen – durchgeführt auf Augenhöhe zwischen Menschen
- Das Festlegen der Ziele und die fortlaufende Überprüfung von diesen sind der Schlüssel zu Ergebnissen
- Coaching kann helfen, neue Erkenntnisse, neue Perspektiven, neues Vertrauen, neue Wege und neue Lösungen zu finden
- Coaching kann Anstoss sein zur Auseinandersetzung mit sich selbst, kann Veränderung bringen bezüglich Denk- und Verhaltensmustern

### Was ist Coaching nicht?

---

- Coaching verfolgt nicht therapeutische Ansätze.
- Coaching ersetzt keine Ärzte. Psychische und/oder körperliche Erkrankungen gehören in die Hände von Ärzten und Therapeuten

### Was bietet das Coaching-Netzwerk nicht an?

---

- finanzielle Hilfe jeglicher Art
- geschäftliche Interventionen wie z.B. das Entwickeln neuer Geschäftsfelder, oder das Erstellen von Businessplänen

### Kontakt

---

Bei der Vermittlung unterstützt Sie gerne:

Jürg W. Krebs / [juerg.krebs@krebs-partner.ch](mailto:juerg.krebs@krebs-partner.ch) / Tel. +41 79 292 75 19 sowie die weiteren Coaches des Netzwerks „Coachingjetzt“, siehe untenstehende Kontakte.

### Wir suchen Coaches

---

Bist du Coach und interessiert dem Netzwerk beizutreten? In dieser schwierigen Zeit kannst du einen wichtigen Beitrag beisteuern und Unternehmen eine Krisenbegleitung anbieten. Voraussetzung: Du hast Erfahrung im Coaching oder befindest dich in der Schlussphase einer anerkannten Ausbildung. Dann melde Dich bitte an einer der untenstehenden Kontaktadressen:

### VertreterInnen des Netzwerks coachingjetzt!

---

Sabine Dähler	<a href="mailto:schneider.daehler@bluewin.ch">schneider.daehler@bluewin.ch</a>
Elisabeth Haueter	<a href="mailto:eli.haueter@outlook.com">eli.haueter@outlook.com</a>
Karin Krebs	<a href="mailto:krebseltis@gmail.com">krebseltis@gmail.com</a>
Jürg W. Krebs	<a href="mailto:juerg.krebs@krebs-partner.ch">juerg.krebs@krebs-partner.ch</a>

Münsingen, 22. Februar 2021