

**Wenn du etwas verändern willst,  
musst du zuerst „die Veränderung sein“,  
die du herbeiführen möchtest.**

*Karl Pils (Wirtschaftsjournalist,  
Unternehmer und Marktforscher)*

Die Herangehensweise innerhalb des Coachings ist eine Kombination aus neuro-systemischen Anteilen.

Das systemische Coaching ist ein aufgabenbezogenes, ressourcen- und lösungsorientiertes Beratungsformat. Es wird auf Führungsebene sowie bei Einzelpersonen in Organisationen und Unternehmen eingesetzt.

Der Blick ist auf die Zukunft gerichtet, mit dem Ziel, Lösungswege heraus zu kristallisieren. Diese werden konkretisiert und in die Praxis umgesetzt.

Das Coaching-Format mit dem neuro-wissenschaftlichen Hintergrund bietet Antworten zu Fragen „wie das System Mensch funktioniert“. Der Körper und die emotionale Ebene sind aktiv in die Arbeit einbezogen. Oftmals erleben Klienten an dieser Stelle einen Aha-Effekt, sie spüren und können nachvollziehen, warum sie so oder so reagieren und auf Gefühlsebene empfinden. Dieses Erleben vertieft und beschleunigt den Vorgang der gewünschten Veränderung.



**Siebert-Kortyka**  
Coaching



**Siebert-Kortyka**  
Coaching

Professionelle Beratung in  
Krisen- und Ausnahmesituationen



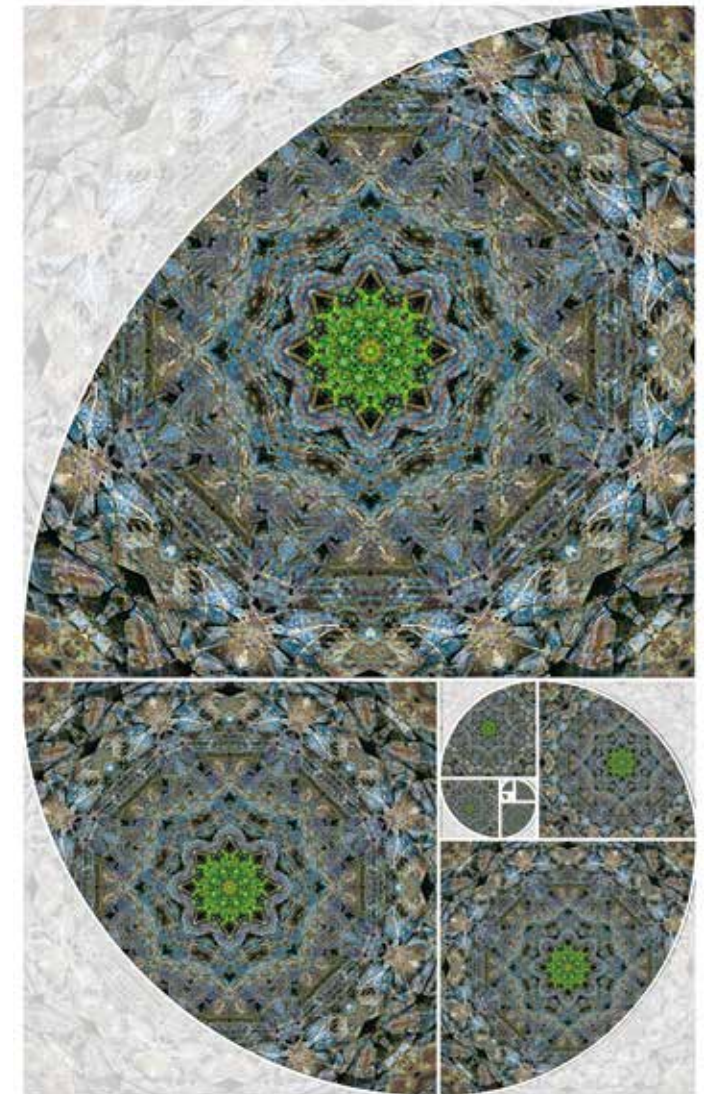
**Andrea Siebert-Kortyka**  
Senior Coach (DBVC)

Oststraße 2  
50996 Köln-Rodenkirchen  
Mobil: 0175-2902396  
kontakt@siebert-kortyka-coaching.de



Weitere Informationen finden  
Sie auf meiner Webseite:

[Siebert-Kortyka-Coaching.de](https://www.siebert-kortyka-coaching.de)



## Coaching für Unternehmen und Privatpersonen

Seit mehr als 20 Jahren biete ich Beratung und Coaching in Krisen- und Ausnahmesituationen an. Einer meiner Schwerpunkte liegt darin, Menschen zu begleiten, sich aus problematischen Lebens- oder Arbeitssituationen heraus eine neue und lebenswerte Welt zu erschaffen.

- Mut zur Auseinandersetzung mit der aktuellen Lebenssituation und den damit verbundenen Problematiken
- Potenziale (wieder)entdecken sowie Veränderungen auf imaginärer Ebene anstoßen und in die Realität transferieren
- Lösungsfindung, Neuausrichtung und Umsetzung

Parallel berate und coache ich verunfallte oder erkrankte Klienten seit vielen Jahren erfolgreich bei Neuausrichtung des persönlichen Lebens- und Karriereentwurfs.

## Beratung und Konfliktlösung in Organisationen und Unternehmen

Inhalt meiner Arbeit ist, Konfliktherde in Unternehmen oder Organisationen offen zu legen. So lässt sich Transparenz schaffen und die gewünschte Sicherheit gewinnen. Erfahrungsgemäß werden auf diese Weise wieder große Kraftpotenziale frei.

- Raum geben für Schutz, Respekt und Wertschätzung aller Beteiligten
- Lösungen erarbeiten, die von allen Beteiligten akzeptiert und getragen werden können
- Ergebnisse gemeinsam gestalten und umsetzen

## Stressbewältigung durch Prävention und Resilienz

Unter Einbezug neuester neurobiologischer Erkenntnisse arbeite ich mit einem ganzheitlichen Ansatz. So lassen sich Verstand und Emotion ins Gleichgewicht bringen. Auf diese Weise ist es möglich, dass der Mensch wieder in seine Kraft und Selbststeuerung kommt.

- Der Energielevel wird ausgebaut und kann besser gehalten werden
- Positive Auswirkung auf die Leistungsfähigkeit, Konzentration und Gesundheit
- Herausforderungen lassen sich leichter bewältigen und Entscheidungen können mit einem klaren Kopf getroffen werden
- Die Schlafqualität wird verbessert
- Eine klare Positionierung im Hier und Jetzt wird wieder möglich, woraus eine gesunde Balance innerhalb des Leben entstehen kann