

| Ausgabe 3
Juni 2019

sonora

Coaching with Power



*Neue Perspektiven
durch Coaching*

Neues von Sonora Coaching!

Der Sommeranfang kann kommen

Endlich ist er da! Der lang ersehnte Sommer! Lange haben wir darauf gewartet. Die warme Jacke kann verräumt werden, der Apéritif auf dem Balkon lässt den Feierabend ausklingen, der Park im Grünen lädt zum Verweilen ein. Zudem ist der Juni der Monat der Schmetterlinge. Mit Schmetterlingen wird oft **Freude**, **Leichtigkeit** und **Vitalität** verbunden. Gerne möchten wir euch dazu motivieren, genau diese Schlüsselbegriffe ganz explizit zu verinnerlichen und auszuleben. Betrachtet das Leben als Geschenk, das viel zu kostbar ist, um es mit schweren Gedanken zu füllen. Versucht Kleinigkeiten als wertvoll und bereichernd zu betrachten, schätzt kleine Gesten eurer Mitmenschen, fühlt euch wohl und genießt das Hier und Jetzt! Auch Sonora Coaching versucht es!



Das sagen unsere Teilnehmer/innen zu Sonora Coaching

Um unsere Teilnehmer/innen auf ihrem Weg der beruflichen Integration optimal begleiten und unterstützen zu können, haben wir sie gebeten, einen kurzen **Fragebogen** auszufüllen. Dadurch wollten wir herausfinden, wie die Atmosphäre verspürt wird, was geschätzt wird oder wo Optimierungsbedarf gesehen wird.

Gerne möchten wir euch ein paar Zitate vorstellen:

„Ich empfinde die Atmosphäre bei Sonora Coaching als sehr angenehm und familiär. Die Büros sind top. Man fühlt sich als Team und nicht Betreuer-IV-Kandidat.“

Sabrina Müller, Teilnehmerin

„Was ich am meisten schätze? Die Betreuung am Arbeitsplatz, die gute Begleitung von Aufgaben und die regelmässigen Coaching-Gespräche.“

S.K, Teilnehmerin

„Ich fühle mich bei Sonora-Coaching wohl. Seit meinem Start hat sich meine Work-Life-Balance stabilisiert, was mir extrem gut tut.“

Jérôme Riedo, freiwilliger Mitarbeiter

„Durch Sonora Coaching habe ich wieder eine gewisse Struktur im Alltag und erfahre Unterstützung und Wohlwollen in einer besonderen Lebenssituation.“

D.D, Teilnehmerin

„Die Atmosphäre bei Sonora Coaching ist sehr angenehm und freundlich. Die Teilnehmer sind alle sehr nett und hilfsbereit.“



M.B, Teilnehmerin

1- wöchiges Coaching-Seminar in Belgien

Im Rahmen der **Academy for Coaching with Horses** aus Colorado findet eine Ausbildung vom 08.06.2019 bis 15.06.2019 zum pferdegestützten Coach in Belgien statt. Während einem 1-wöchigen Seminar wird im ersten von insgesamt vier Modulen die Basis erlernt.

Cornelia Roulet wird zusammen mit Anouk Lorie von Wasabi Coaching das Seminar leiten.

Die beiden freuen sich sehr, die Teilnehmenden zu begleiten und ihnen zu zeigen, wie sie ihre Ressourcen optimal nutzen können, um sich in Zukunft als Coach im pferdegestützten Coaching etablieren können.

Unter folgenden Link erfahrt ihr noch mehr über die Ausbildung sowie der Academy for Coaching with Horses:

<https://coachingwithhorses.com/eflc-level-one/>

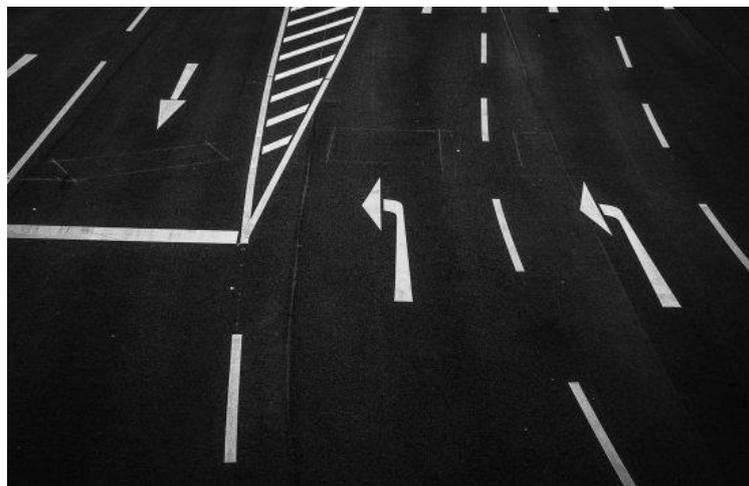


**Mini-ICF-
Berichtswesen**

Eine Objektive und tiefgründige Beurteilung unserer Teilnehmer/innen

Seit Herbst 2019 ist Sonora Coaching Teil des Mini-ICF-Berichtswesen - ein Kurzinstrument zur **Fremdbeurteilung von Aktivitäts- und Partizipationsbeeinträchtigungen** bei psychischen Erkrankungen.

Mittlerweile wird das Mini-ICF-App nicht nur national, sondern auch international empfohlen.



In den sogenannten „Raitingbögen“ werden Fähigkeiten wie zum Beispiel **Anpassung an Regeln und Routinen, Konversation und Kontaktfähigkeit zu Dritten** oder **Entscheidungs- und Urteilsfähigkeit** beurteilt. Dabei wird die zu beurteilende Person in ihrer Beeinträchtigung eingeschätzt. Dies von der Skala 0, keine bis zur Skala 4, eine voll ausgeprägte Beeinträchtigung.

Für uns Coaches ist das Instrument sehr hilfreich, um eine objektive und vor allem tiefgründige Beurteilung unserer Teilnehmenden abzugeben. Positive Eigenschaften stechen heraus, welche somit gefördert werden können. Negative Aspekte werden analysiert und versucht, in eine förderliche Richtung zu lenken. Es kann dadurch Unterstützung gezielt dort angeboten werden, wo Optimierungsbedarf besteht.

Mit unseren News wünschen wir euch einen guten Start in die sommerliche Zeit und hoffen, dass ihr bereits etwas Wärme und Sonne tanken könnt!

Euer Sonora Coaching Team



Sonora Coaching GmbH

Warpelstrasse 3

3186 Düdingen

Tel.: +41 26 492 02 21

info@sonora-coaching.ch

www.sonora-coaching.ch

