

## Coaching

### WARUM COACHING?

Auch wenn Sie über die erforderlichen Erfahrungen und Kenntnisse für Ihren Beruf verfügen und von der Persönlichkeit ins Unternehmen passen, werden Sie möglicherweise mit Herausforderungen konfrontiert, die einer Klärung bedürfen. Dabei handelt es sich oft um persönliche Lern- und Entwicklungsfelder. Im Coaching arbeite ich mit Ihnen an solchen Entwicklungsthemen, wie im nächsten Abschnitt beschrieben. Sie lernen, mit neuen Situationen erfolgreich umzugehen, indem wir Ihre Wahrnehmungen reflektieren und Sichtweisen hinterfragen. Dadurch finden sie zu einer neuen Haltung, welche sich in einem veränderten Verhalten zeigt. Sie verbreitern ihr Verhaltensrepertoire, entwickeln ihre Persönlichkeit und bewältigen mehr Herausforderungen erfolgreich.

### COACHING-THEMEN

Die Themen-Vielfalt im Coaching ist sehr breit. Ich habe mich auf eine Auswahl von Coaching-Themen spezialisiert, in denen ich über viel Erfahrung verfüge und bei denen Synergien zu meinen anderen Beratungsschwerpunkten Outplacement, berufliche Standortbestimmung sowie Stellensuche und Bewerbung bestehen:

#### *Positionierung und Selbstmarketing*

Erkennen der Notwendigkeit von Selbstmarketing in der Karrieregestaltung; Entwicklung von Strategien für Ihre bessere Positionierung im Unternehmen durch die Sichtbarkeit Ihrer Leistungen; Erlernen von Storytelling; Stärkung Ihrer Selbstwahrnehmung als Voraussetzung für eine bessere Fremdwahrnehmung.

#### *Stärkung des Selbstbewusstseins*

Erkennen, dass Selbstbewusstsein gelernt werden kann; Stärkung Ihres Selbstbewusstseins

durch Kenntnis Ihrer persönlichen Stärken und Schwächen.

#### *Persönlichkeitsentwicklung*

Erkennen von persönlichem Entwicklungsbedarf durch die Kenntnis der eigenen Soft Skills (Stärken und Schwächen); Entwicklung von Strategien zur Erweiterung des Verhaltensrepertoires.

#### *Kommunikation*

Erlernen von situationsgerechter Kommunikation mit Kunden, Vorgesetzten und Mitarbeitenden; Erkennen Ihrer eigenen Ziele und Bedürfnisse sowie der Ziele und Bedürfnisse Ihrer Gesprächspartner; effektiver Einsatz von Kommunikationsmitteln.

#### *Emotionsmanagement*

Umgang mit eigenen und fremden Emotionen; Kennenlernen der Emotionen als wertvollen Wahrnehmungskanal und als Wegweiser für Ihre Persönlichkeitsentwicklung.

#### *Berufliche Standortbestimmung*

Entwicklung von beruflichen Perspektiven und Zielen; Erkennen Ihrer Bedürfnisse in Bezug auf Job-Inhalt und Job-Umfeld; Definition von persönlichem und fachlichem Entwicklungsbedarf; Erkennen Ihrer Stärken und Schwächen. (Sehen Sie dazu auch die Ausführungen zur Standortbestimmung)

### Formen

#### EINZELSITZUNG

Wenn Sie ein umgrenztes Thema reflektieren, eine Frage klären oder meine Einschätzung als neutrale Person erhalten wollen, kann eine einzelne Sitzung genügen. Der Anteil an fachlicher Beratung ist dabei tendenziell höher; Coaching-Prozesse erfordern eine längere Zusammenarbeit. Wenn wir bereits zusammengearbeitet

# PETER NÄF

## karrierecoaching

haben, können Sie, aufbauend auf der früheren Beratung und einer etablierten Arbeits-Beziehung, Fragen effizient in Einzelsitzungen klären.

### COACHING-PROZESS

Für komplexe Anliegen sowie beim Wunsch nach einer nachhaltigen Veränderung Ihrer Berufs- oder Lebenssituation, sind mehrere Sitzungen nötig. Beim ersten Treffen klären wir die Ziele für die Zusammenarbeit; eine Auswertung des Prozesses ist Teil der letzten Sitzung. In den Sitzungen dazwischen arbeiten wir an Ihrem Thema. Der Coaching-Prozess wird zeitlich durch Ihre Fragestellung begrenzt.

### KOSTENLOSES VORGESPRÄCH

Eine erfolgreiche Zusammenarbeit im Coaching basiert auf einer guten Arbeitsbeziehung. Ich biete Ihnen ein unverbindliches, 30-minütiges Vorgespräch an, damit Sie mich und meine Arbeitsweise kennenlernen können. Dieses Angebot gilt nicht für Einzelsitzungen.

### Teil Ihrer strategischen Karriereplanung

#### PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Idealerweise richten Sie Ihre Karriere auf Ihre Stärken und Ihre bevorzugten Tätigkeiten aus. In einer Standortbestimmung erarbeiten Sie Ihre beruflichen Vorstellungen sowie Ihre Anforderungen an den Job-Inhalt und das Job-Umfeld. Dabei zeigt sich möglicherweise fachlicher oder persönlicher Entwicklungsbedarf. Die fachliche Entwicklung durchlaufen Sie durch die Übernahme entsprechender Funktionen, ergänzt durch Aus- und Weiterbildungen. Für die persönliche Weiterentwicklung bietet sich Coaching als eine Möglichkeit an.

#### VERÄNDERUNG IM AKTUELLEN UMFELD

Bei der beruflichen Weiterentwicklung vernachlässigen viele den internen Arbeitsmarkt oder gar

die aktuelle Stelle. Wenn sich etwas zu Ungunsten der betroffenen Mitarbeitenden verändert, suchen sie die Lösung im externen Wechsel. Oft böte die momentane Arbeitssituation aber viel Raum für Optimierung. Leider fehlt oft die Kenntnis, wie interne Veränderungen angegangen werden können. Auch dabei kann Coaching Wege aufzeigen, persönliche Bedürfnisse zu kommunizieren oder Veränderungsvorschläge einzubringen.

### RAHMENBEDINGUNGEN

#### *Ort*

Das Coaching findet in meinem Büro an der Mühlebachstrasse 43 in Zürich statt. (5 Gehminuten vom Bahnhof Stadelhofen) Bei Bedarf biete ich Coaching auch via Zoom, Skype oder Teams an.

#### *Zeitlicher Umfang*

Der zeitliche Umfang richtet sich nach Ihren Coaching-Themen.

#### *Sitzungsdauer*

Sitzungen dauern 60 oder 90 Minuten

#### *Umfang*

Kostenloses 30-minütiges Vorgespräch (gilt nicht für Einzelsitzungen!)  
Durchführung des Coachings mit Vor- und Nachbereitung der Sitzungen  
Vermittlung von Übungen zur selbständigen Weiterarbeit je nach Thema

#### *Kontakt*

Für Fragen oder zur Vereinbarung eines kostenlosen Vorgesprächs kontaktieren Sie mich bitte per Telefon unter 076 223 97 88 oder [E-Mail](#).

# PETER NÄF

## karrierecoaching

### ÜBER MICH



*«Im Coaching begleite ich Sie als Sparring-Partner bei der Bewältigung von Herausforderungen im Spannungsfeld zwischen Beruf, Arbeitsumfeld und Privatleben. Coaching ist ein persönlicher Wachstumsprozess zur Erweiterung Ihrer Verhaltensbandbreite und eine Investition in Ihre Persönlichkeitsentwicklung.»*

Peter Näf

Master of Arts Universität Zürich  
Executive Master of HR Management

QR-Visitenkarte



### Berufserfahrung

- seit 2008 selbständiger Karrierecoach im eigenen Unternehmen
- 11 Jahre Personalberater/Headhunter und Partner in einem Personalberatungs-Unternehmen in Zürich. Beratung und Vermittlung von Fach- und Führungskräften in der Finanzdienstleistungsbranche; Bearbeitung von Suchmandaten
- 4 Jahre Assistent der Geschäftsleitung und Leiter Administration bei einer Vermögensverwaltungsgesellschaft
- 3 Jahre Mit-Aufbau und Führung eines Fachgeschäftes für Import und Verkauf von asiatischen Kunstobjekten als Gesellschafter
- 1 Jahr Assistent in der Wirtschaftsprüfung

### Ausbildung

- Master of Arts Universität Zürich (Ökonomie) (1992)
- Diplom Coaching; ias Institut für angewandte Sozialwissenschaften, Bad Ragaz (2007)
- Executive Master of Human Resources Management, Fachhochschule Nordwestschweiz (2001)
- laufende methodische Weiterbildungen

### Beratungssprachen

- Deutsch
- Englisch

### Mein Unternehmen

HANDELSREGISTER  
PETER NÄF karrierecoaching ist eine im Handelsregister des Kantons Zürich eingetragene Einzelfirma (Firmennummer: CHE-114.254.808).

MEHRWERTSTEUER  
MWST-Nummer: CHE-114.254.808 MWST

AUSGLEICHSKASSE  
SVA Sozialversicherungsanstalt Kanton Zürich  
ABR-Nr. FC0.983 (Bestätigung Selbständigkeit)

# PETER NÄF karrierecoaching

Peter Näf  
Master of Arts Universität Zürich  
Executive Master of HR Management

Mühlebachstrasse 43, 8008 Zürich  
T 044 210 36 15, M 076 223 97 88

peternaef@karrierecoaching.ch  
www.karrierecoaching.ch

## LAGEPLAN

Mein Büro befindet sich an der Mühlebachstrasse 43 im Zürcher Seefeld, 5 Gehminuten vom Bahnhof Stadelhofen entfernt. Der Haupteingang befindet sich rechts neben dem Café Mühlebach an der Kreuzung von Mühlebachstrasse und Kreuzstrasse. Der Hauseingang ist geöffnet von 07.00 – 18.00 Uhr. Bitte kommen Sie mit dem Lift in den 4. Stock und klingeln Sie dort. Sollte der Hauseingang bereits geschlossen sein, dann rufen Sie mich bitte kurz per Handy an und ich hole Sie ab.

Öffentlicher Verkehr	
Linie	Haltestelle
S-Bahn 3, 5, 6, 7, 9, 12, 15, 16 (3 Min. Fahrzeit vom HB)	Bahnhof Stadelhofen
Tram 2 + 4	Kreuzstrasse
Tram 11 (vom HB) + 15	Kreuzplatz
Bus 31 (vom HB)	Kreuzplatz
S18 (Forchbahn)	Kreuzplatz

Zu Fuss	
Ausgangspunkt	Gehdistanz
Bahnhof Stadelhofen	5 Minuten
Tramhaltestelle Kreuzstrasse (Tram 2 + 4)	3 Minuten
Tramhaltestelle Kreuzplatz (Tram 11+15, Bus 31)	3 Minuten

Auto	
Parkhaus	Gehdistanz
Neumünster Zollikerstrasse 1	4 Minuten
Feldegg Riesbachstrasse 7	5 Minuten
Utoquai Färberstrasse 6	6 Minuten
Opéra Schillerstrasse 5	7 Minuten

Zudem befinden sich öffentliche, kostenpflichtige Parkplätze direkt vor dem Haus und in der Umgebung.

