



---

# *Supervision, Coaching und Beratung*

---

Fels in der Brandung  
statt Hamster im Rad

*Sylvia Kéré Wellensiek, 2012*

## *Kennen Sie das auch? Konflikte und Stress bei der Arbeit und dann auch noch zu Hause?*

Supervision und Coaching kann Sie dabei unterstützen, eine höhere Zufriedenheit in Beruf und Alltag zu erreichen.

Manchmal fehlt nur die andere Wahrnehmung, die entscheidende Haltung oder eine Veränderung des Blickwinkels und vieles gelingt besser.

Von Ihren Wünschen und Anliegen ausgehend begleite ich Sie beratend einzeln oder in der Gruppe.

**Investieren Sie in sich selbst und gönnen Sie sich eine Krafttankstelle. Erfahren Sie die Kraft der Gruppe:**

**Krafttankstelle (KT) I-V:**

**Leitung** ist oftmals einsam und dann doch wieder kollegial. (KT I)

*Gruppentermine:*

**KT I:** 10x im Jahr, montags/freitags 180 min

**KT II:** 10x im Jahr, mittwochs/freitags 180 min

**KT III und V:** 10x im Jahr, mittwochs/donnerstags 90 min

**KT IV:** 10x im Jahr, mittwochs/freitags 90 min

**Selbst und Ständig:** alleine oder gemeinsam die beruflichen Ziele verfolgen. Profitieren Sie von unterschiedlichen Professionen in der Gruppe für Selbstständige und erreichen Sie so leichter Ihre Ziele. (KT II)

Als **Pädagoge** sind Sie vielen Wünschen und Ansprüchen ausgesetzt, nicht nur den eigenen. Gerade deshalb sollten Sie in Ihrer Freizeit abschalten können. (KT III)

**Ehrenämter** können vieles sein, manchmal aber auch belastend und ausweglos. (KT IV)

Eine **Pflegefamilie** ist oft eine Bereicherung, aber auch eine Herausforderung. Dies mit anderen Pflegeeltern zu teilen, ist entlastend und inspirierend. (KT V)

Ich freue mich darauf Sie kennen zu lernen,

Karena Hoferichter

*Einzeltermine:*

nach Terminvereinbarung, 90 min

Zum Kennenlernen biete ich einen Einzeltermin an – dieser ist vor der Teilnahme an einer Gruppe obligatorisch.

## *Karena Hoferichter*

Supervisorin DGSv\*  
(Lernen & Entwicklung)  
Lerntherapeutin F.i.L.  
Beraterin  
nach §8a SGB VIII

Praxisleitung  
LERNpraxis Hoferichter

Erfahrung & Beratung  
seit über 20 Jahren

0171 / 321 38 04

