

## Coachingangebot für eine Gruppe von 5-10 Assistenzärzt\*innen



„Wer als Arbeitgeber in **Coachings** investiert, investiert in zufriedenerere und leistungsstärkere Mitarbeiter\*innen, die ihr Umfeld bereichern.“

Astrid Schroeder

### Aktuelle Situation Ihrer Assistenzärzt\*innen

Die Gruppe der Assistenzärzt\*innen ist vielfältig: Berufserfahrung, Fachrichtung, Weiterbildungsstatus, Alter, Familienstand, vieles variiert. So heterogen die Gruppe ist, die Assistenz\*ärztinnen eint das Problem, dass der Anspruch an Weiterbildung sowie persönlicher Weiterentwicklung und die Realität auseinanderklaffen. Es fehlt an Orientierung, die Arbeitsbelastung erscheint zu hoch und es fehlen Menschen, die sinnvolle Anleitung bieten und helfen, sich im Alltag sicher zu bewegen und durchzusetzen. Im heutigen Krankenhausumfeld, das derzeit von viel Frustration geprägt ist, kann dann den jungen Nachwuchsmitarbeiter\*innen der Sinn, die Motivation und Fröhlichkeit verloren gehen. Ober- und Chef\*ärztinnen bemerken das durch zunehmende Unzufriedenheit, Schwierigkeiten und schlechte Stimmung im Team, vermehrte Anträge auf Teilzeit und im schlechtesten Fall Abwanderung von Personal, das man doch so gerne langfristig an das eigene Haus gebunden hätte. Dabei bringt die Gruppe der Assistenz\*ärztinnen ein ganz wichtiges Potenzial mit, das häufig nicht "gehoben" wird, nämlich ein „Wir haben noch Lust!“ und „Wir haben ein Ziel vor Augen!“. Wie können Sie dieses Potenzial heben?

### Welche Fragen stellen sich Ihre Assistenzärzt\*innen?

Wie kann ich souveräner auftreten und mich besser durchsetzen?  
 Wie bewahre ich mir meine Power trotz großer Arbeitsbelastung?  
 Wie schaffe und bewahre ich mir Resilienz in einem instabilen Umfeld?  
 Wie erreiche ich eine bessere Vereinbarkeit von Beruf und Privatem?  
 Wie kann ich dafür sorgen, dass mein Arbeitsumfeld und die Organisation moderner wird?

Schaffen Sie Ihren Mitarbeiter\*innen die Möglichkeit, an sich selbst zu arbeiten und sich weiterzuentwickeln! Nur starke Mitarbeiter\*innen machen (später) auch andere stark. Ihre Aufgabe als Unternehmen ist es, ihren Mitarbeiter\*innen gute Wachstumsbedingungen zu bieten. Studium und Ausbildungen im Gesundheitswesen bereiten auf die fachliche Tätigkeit vor, nicht aber auf Organisation, Kommunikation, Zusammenarbeit und Durchsetzungsfähigkeit im rechten Moment.

**Im Coaching können sich Ihre Mitarbeiter\*innen individuell hinterfragen, bekommen Hilfestellung und Anregungen und lernen sich selbst besser kennen.**

In einem **gemeinsamen Coachingangebot bringen Sie die Mitarbeiter\*innen zudem zusammen**, so dass sie sich gegenseitig stützen können und auch in einem komplexen und volatilen Umfeld Strukturen entstehen, die dem Einzelnen **Sicherheit und Halt** bieten.

## Maßgeschneidertes Coachingformat für Ihr Team



Mein Name ist **Astrid Schroeder**, ich bin Business Coach, in Kürze zudem Stress-Coach und seit über 20 Jahren Unternehmensberaterin im Gesundheitswesen. Ich bin davon überzeugt, dass jeder einzelne Mitarbeiter viel mehr Möglichkeiten hat, das eigene Arbeiten, Arbeitsumfeld, Prozesse und Miteinander aktiv und positiv mitzugestalten, als es Vielen bewusst ist.

Für Ihr Team biete ich eine Kombination aus Einzelcoachings und Gruppenanleitung an, damit stärke ich Einzelne und setze einen gemeinsamen Prozess des Austauschs und Weiterentwicklung in Gang.

## Ablauf meines Coachingangebots



### Abstimmung und Design des Coachingprogramms

Wir sprechen über das Ziel, die Beteiligten, Schwerpunktthemen um das Ziel zu erreichen, Umfang, Betreuungsintensität sowie gewünschte Arbeitsformate und entwerfen ein gemeinsames Angebot für Ihre Mitarbeiter.

Dies sind meine Empfehlungen für Assistenzärzt\*innen-Gruppen:

- 6 Monate
- 5-10 Teilnehmer\*innen
- 8 Stunden Training (flexibel planbar, am Stück oder aufgeteilt) für Gruppe in vereinbarten Schwerpunktthemen (Themen siehe Training und Kompetenzaufbau)
- 2 Stunden Anleitung für interne Abstimmung der Gruppe untereinander als Mastermind (Austauschraum, um sich gemeinsam weiterzuentwickeln)
- 4 Einzelcoachings für jede/n einzelne Teilnehmer\*in



### Training und Kompetenzaufbau

Für alle Coachees gibt es einen gemeinsamen Trainingsteil, der nach Absprache an einem oder mehreren Terminen und vorzugsweise als Präsenzveranstaltung stattfindet.

Meine Empfehlungen für Trainingsthemen sind:

- Gesunder Umgang mit Stress
- Selbstorganisation und eigenes Performance-Management
- Souveräne Kommunikation und Konfliktmanagement
- Patientenansprache, die Kräfte bei den Patient\*innen freisetzt



### 1:1 Coachings

In den 1:1 Coachings begleite ich jede/n einzelne/n Teilnehmer\*in. In der ersten Coachingsitzung erarbeite ich mit jedem Coachee individuell die Ausgangssituation und spezifischen Zielsetzungen.

Ich arbeite mit ganz verschiedenen Techniken, die ich auf die Situation anpasse, z.B. Analysetechniken, Weiterentwicklung von Mindset und Glaubenssätzen, Lego Serious Play®, Techniken aus dem Embodiment, Hypnotherapie und Figurenaufstellungen. Bis auf die Figurenaufstellungen können alle Inhalte mit gleichermaßen guten Ergebnissen online und damit flexibel in den Zeitplan integrierbar stattfinden, dafür nutze ich ZOOM. Eine Coachingsitzung dauert 120 Minuten.



## Mastermind

Die Teilnehmer\*innen an dem Programm befinden sich alle im Prozess der Weiterentwicklung. Das ist ein optimaler Zeitpunkt, um parallel zur persönlichen Weiterentwicklung die Entwicklung der Gruppe bzw. des Teams zu fördern. Die Gruppe kann sich selbstorganisiert ohne meine unmittelbare Teilnahme im gemeinsamen Kompetenzaufbau unterstützen und austauschen, z.B. um miteinander Kommunikationsbeispiele zu üben oder praktische Alltagstipps und Tricks zur Tagesgestaltung auszutauschen. Damit die Zusammenarbeit im Mastermind-Format wirksam ist und selbstorganisiert stattfindet, erhält die Gruppe durch mich eine Einführung und Anleitung in die Mastermind-Arbeit. Hier werden Rollen und Spielregeln verbindlich abgestimmt.



## Individueller Service

Lernmaterial und die Dokumentationen der gemeinsamen Sitzungen lege ich auf meiner Austauschplattform ab. Dazu kommt Vertiefungsmaterial, z.B. für die Vorbereitung von Sitzungen oder zur Erarbeitung von gewünschten Themen. Dadurch sparen wir Zeit in den Coachingsitzungen, und jede/r kann so arbeiten, wie es für sie oder ihn passend ist. Darüber hinaus bin ich erreichbar per WhatsApp, Telefon, Mail und nehme mir nach Absprache Zeit für kurze Ad hoc Sitzungen.

Zum Abschluss des letzten Coachingtermins werde ich mit jedem Coachee die Ergebnisse aus der gemeinsamen Zeit aus. Im besten Falle gelingt es uns, dass Ihre Mitarbeiter dauerhaft gestärkt aus der gemeinsamen Coachingzeit herausgehen und Kompetenzen entwickelt haben, die sie ihr weiteres Berufsleben stärken!

## 3 gute Gründe, mit mir zu arbeiten

### Methodenvielfalt

Im Coaching schätze ich die Methodenvielfalt von Analysetechniken bis hin zu Hypnoarbeit oder Embodiment-Techniken. So erhalten Sie Zugang zu den für Sie nutzbringendsten Techniken und Kompetenzen.

### Beratungsexpertise

Ich begleite Sie als Coach, kann aber in meine Arbeit in Rücksprache mit Ihnen meine breite Erfahrung als Beraterin einbringen, von Prozessabläufen, Organisation, Best Practice bis zu Stakeholdermanagement.

### Alltagskompatibilität

Alltagskompatibilität hat bei mir höchste Priorität! Dazu gehört für mich die elektronische Terminvereinbarung, Online-Meetings, wenn Sie Zeit haben und natürlich pragmatische, wirksame Maßnahmen.

## Preise

Der Preis meines Angebots setzt sich aus den Kosten pro Teilnehmer\*in und nach Bedarf geplanten Reisekosten zusammen. Die Preise verstehen sich exkl. der jeweils gültigen MWSt.

<b>Training und Coaching</b>	<b>Bei 5-10 Coachees für ein halbes Jahr:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 8 Stunden Training für die gesamte Gruppe inkl. Lemmaterial</li><li>• 2 Stunden Anleitung für Mastermind</li><li>• 4 Einzelcoachings à 120 Minuten für jede/n einzelne Teilnehmer*in</li><li>• Individueller Support (Vor -und Nachbereitungsmaterial, Rückfragen, kurze Ad hoc Sitzungen bei Bedarf)</li></ul>	<b>1.700 EUR</b> p. Coachee
<b>Reisekosten</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 0,75 EUR pro gefahrenem Kilometer</li><li>• 75 EUR pro Stunde Reisezeit</li></ul> (Beispiel: Bremen – Stadthagen ca. 160 km und 1,75 Std. Fahrzeit)	nach Aufwand und Absprache

Astrid Schroeder, WERTklar  
Organisationsberatung und Business Coaching  
[www.wertklar.de](http://www.wertklar.de) | [a.schroeder@wertklar.de](mailto:a.schroeder@wertklar.de)  
0160 / 90 75 90 70 | 05721 / 99 566 91  
Am Schleplingsbach 56, 31655 Stadthagen

LinkedIn <https://www.linkedin.com/in/astrid-schroeder-wertklar/>  
Instagram <https://www.instagram.com/wertklar/>