

# Holger Schlichting – Ihr Coach



Coaching ist für mich

- Akzeptieren statt bewerten
- Non-direktives Begleiten der eigenen Lösungen
- Ressourcenaktivierung

Mein Schwerpunkt im Coaching ist die Harmonisierung von persönlichen Zielen wie Gesundheit, Lebensfreude und Energie mit beruflichem Erfolg. Themen können sein:

- Umgang mit dysfunktionalem Leistungs-Stress
- Entwicklung einer persönlichen Vision
- Verbesserung der Selbstorganisation und Selbstwirksamkeit
- Führung in komplexen Situationen
- Erlernen konstruktiven Konfliktverhaltens
- Verarbeitung von negativen Erlebnissen und Kränkungen
- Auflösung von übermäßigem Genuss

Über mich:

Im Dortmund der 60er Jahre und später der Kleinstadt Wülfrath aufgewachsen, war die frühe Beschäftigung mit Persönlichkeitsentwicklung Überlebensstrategie ☺.

Vor die Wahl gestellt, mich als Designer oder Fotograf in eine künstlerische Richtung zu entwickeln oder mich in die Geschäftswelt zu bewegen, bin ich meinem Interesse für Wirtschaft gefolgt und habe als Management Trainee und Führungskraft in einem familiengeführten Konzern gearbeitet.

Um selber gestalten und mich weiter entwickeln zu können, ein eigenes Unternehmen zu führen und Teams und Führungskräfte in gemeinsamen Strategien für Zukunftsfähigkeit und Innovation zu unterstützen, bin ich 1992 Geschäftsführer eines Beratungsunternehmens geworden.

Neben systemischen Methoden setze ich Fotografie als Coachingmethode sowie „The Work von Byron Katie“ ein und bin zertifizierter [Wingwave®](#) Coach.

Als Coach bin ich in der Arbeit nur meinem jeweiligen Klienten bzw. meiner Klientin verpflichtet und garantiere Verschwiegenheit. Das gilt auch für Auftragscoachings. Wie alle PRAXISFELD Coaches lasse ich meine Arbeit regelmäßig supervidieren und bilde mich kontinuierlich weiter.

Erfolgreiches Coaching braucht Sympathie und Vertrauen auf beiden Seiten. In einem Erstgespräch können Sie mich gerne kennenlernen. Wenn die Chemie stimmt, vereinbaren wir je nach Bedarf 3-5 Coachingtermine á 3 Stunden, bei Einzelthemen mit Wingwave® auch weniger bzw. kürzere Sitzungen.

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Mein ausführliches fachliches Profil sehen Sie [hier](#).



Holger Schlichting  
Jahrgang 1964

*"Wer sich selbst definiert, kann nicht erfahren, wer er wirklich ist.." Laozi*

Kontakt:

Tel. +49-2191-46455-10  
[holger.schlichting@praxisfeld.de](mailto:holger.schlichting@praxisfeld.de)