



Selbstfindung

Krisen managen

Herausforderungen

Selbstmanagement

Zuhören

Stress- und Zeitmanagement

Lösungen

Unterstützung

**Coaching**

Handlungs-  
alternativen

Selbstreflektion

Perspektivenwechsel

**Persönlichkeit stärken**

Konfliktlösung

Bewältigung

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Ein  
Angebot  
des **ib**

## Was ist Coaching?

Mit unserem Coachingangebot erweitern wir unsere Unterstützung für dich, um deinem individuellen Anliegen einen Platz zu bieten.



### Hilfe zur Selbsthilfe

Du stehst im Mittelpunkt. Wir blicken gemeinsam auf deine Themen, deine eigenen Ziele und Lösungen, und wie du diese erreichen kannst.



### Wie findet das Coaching statt?

Einzeltermine nach Vereinbarung. Alles was im Coaching gesprochen wird, unterliegt der Schweigepflicht.



### Kosten

Es entstehen für dich keine Kosten.



### Kontakt

Wenn du ein Coaching in Anspruch nehmen möchtest, melde dich bei deinem\*deiner pädagogischen Mitarbeiter\*in bei den IB Freiwilligendiensten Stuttgart oder direkt bei Stefanie Recht:



0711 849478-20



[stefanie.recht@ib.de](mailto:stefanie.recht@ib.de)