

SUBTILER AUTISMUS



Für

Beratung-Suchende

Was

Beratung und Coaching

Tools

Alltagstaugliche Techniken

Ziel

Auswege finden

Wo

Online oder persönlich

Wissen

20 Jahre Erfahrung

für Dich

für Dich

 **AUTISMUS COACHING**

SUBTILER AUTISMUS

VORAUSSETZUNGEN:

- Wille, aktiv zu werden
- Offenheit für neue Perspektiven
- Funktionstüchtiges Selbstmanagement
- Bereitschaft zur Veränderung
- Ein Quäntchen Zuversicht

COACHING-STRATEGIEN:

- Selbstreflexion
- Situation verstehen lernen
- Kommunikation verbessern
- Bedürfnisse erkennen und formulieren
- Hürden überwinden
- Alltags-Tipps anwenden
- Konflikte meistern

WICHTIG:

Du kannst das Tempo jederzeit steuern. Bitte melde dich, wenn du etwas nicht versteht oder mehr Zeit braucht.

Ich kenne mich mit Autismus aus und gehe gerne auf individuelle Bedürfnisse ein.

Wir finden einen guten Weg für ein bereicherndes Coaching.

MEINE VORGEHENSWEISE:

- Ich gehe individuell auf dich und deine Bedürfnisse ein
- Ich helfe dir auf deinem Weg
- Ich suche keinen Schuldigen und ergreife für niemanden Partei
- Ich bin eine neutrale Instanz
- Ich garantiere Entscheidungsfreiheit
- Ich garantiere Verschwiegenheit
- Ich spreche deutsch, englisch, autistisch und neurotypisch (nicht-autistisch)

TYPISCHE COACHING-THEMEN:

- Autismus-Vermutung
- Potential entdecken
- Ziele setzen
- Angst überwinden
- Liebeskummer bewältigen
- Einsamkeit
- Stressmanagement
- Bewerbungsgespräche
- Berufsalltag
- Körpersprache-Training
- Sozialkompetenzen-Training

sein
dürfen

gehört
werden

Lösungen
finden

Ziele
setzen

aktiv
werden

Erfolg
haben