

Supervision & Coaching



Das Wichtigste in Kürze



- Supervision & Coaching sind stets **wertschätzend** und **vertraulich**
- Im Supervisions-/Coachingprozess bestimmst *du* das Thema und dein **Anliegen**
- Supervision & Coaching **wirken stärkend**, führen zu mehr **Klarheit** und **Perspektiven** und oftmals zu mehr **Handlungsoptionen** – so wirst du dabei unterstützt, deine Aufgabe als Freiwilligenkoordinator:in weiterhin gut zu bewältigen

Freiwilliges Engagement bringt viele positive Aspekte für alle Beteiligten und die Gesellschaft als Ganzes mit sich. Gerade im Sozialbereich kann es sein, dass du – wie andere Freiwilligenkoordinator:innen auch – mit **herausfordernden Situationen** konfrontiert bist. Daher ist es besonders wichtig, die eigenen Motive, den Umgang mit verschiedenen Situationen und die eigene Rolle zu reflektieren.

Was ist Supervision/Coaching und was bringt es?

Supervision & Coaching sind **professionelle Beratungsmethoden**, die es ermöglichen, im **Einzelgespräch/Gruppengespräch** Situationen zu **reflektieren** und die damit verbundenen **Herausforderungen konstruktiv zu bewältigen**, **Konflikte zu lösen** und **Veränderungsprozesse zu begleiten**.

Supervision hört zu, schaut hin, entlastet und schafft Raum.

Wie läuft eine Supervision/ein Coaching ab?

Damit du gut unterstützt werden kannst, ist ein unverbindliches, persönliches **Erstgespräch** erforderlich. Hier kannst du deine Wünsche mitteilen und die Rahmenbedingungen (wie z.B. Stundenanzahl, Zeitpunkt und Ort, ...) werden gemeinsam abgesprochen. Die Termine können sowohl **persönlich** als auch **online** stattfinden.

Für wen sind eine Supervision oder ein Coaching geeignet?

- Für alle, die sich freiwillig engagieren
- Für Vertreter:innen von Vereinen, Netzwerken privaten Initiativen und Organisationen im Freiwilligenbereich
- Für Personen mit koordinativen Aufgaben für Freiwillige



Das ulf bietet **kostenlose Supervision & Coaching für Freiwilligenkoordinator:innen** an. Bei Interesse melde dich unter ulf@dieziwi.at