

Zu meiner Person

- Humanmedizinstudium, Frankfurt & New York
- Dissertation: Harvard Medical School
- Forschungs- und Lehrtätigkeit als Ärztin, LMU München
- Master in Public Health, Harvard School of Public Health
- Mehrjährige Berufserfahrung als medizinische Beraterin & Coach
- Weiterbildung zur Fachärztin in Psychiatrie und Psychotherapie

Kontakt

Sie bestimmen selbst, in welchem Umfang und welcher Phase Ihres Projektes Sie meine Hilfe in Anspruch nehmen wollen. Nutzen Sie mein Know-How und meine Erfahrung in strategischer Beratung und Coaching.

Gerne beantworte ich Ihnen Ihre Fragen zum Coachingprozess und den Rahmenbedingungen vorab in einem ersten persönlichen Gespräch, welches für Sie unverbindlich und kostenfrei ist.

Ich unterliege ärztlicher Schweigepflicht, der Inhalt unseres Gespräches bleibt selbstverständlich streng vertraulich.

Medizinische Beratung & Coaching



Dr. med. Elif D. Cindik, MPH
Medizinische Beratung & Coaching
Walther Str. 19; 80337 München
Tel: 00 49 (0)89 / 54 32 19 10
Fax: 00 49 (0)89 / 54 32 19 20
Mobil: 00 49 (0)177 / 8073106
www.medizinischeBeratung.org

**“Man entdeckt keine neuen Erdteile,
ohne den Mut zu haben,
alle Küsten
aus den Augen zu verlieren.”**
Andre Gide

Philosophie

Coaching ist keine Heilbehandlung und keine Psychotherapie. Coaching hilft bei Karriereplanung, Existenzgründung, Vorbereitung auf wichtige Gesprächstermine und bei Konfliktbewältigung.

Als Coach begleite ich Sie bei schwierigen Entscheidungen. Wir analysieren gemeinsam Ihre Situation und Erstellen ein maßgeschneidertes Konzept.

Mögliche Coaching-Anlässe

- Standortbestimmung: Lebens- & Karriereplanung
- Existenzgründung/Aufstieg in Führungsposition
- Burn-out: Stress, Überlastung, innere Kündigung
- Wendepunkte: berufliche u./o. private Neuorientierung
- Konflikte mit Vorgesetzten und Kollegen
- Misserfolgserlebnisse & Versagensängste
- Problematische Verhaltensmuster
- Ziel- & Entscheidungsfindung
- Persönliche oder familiäre Probleme

Vorgehen

Coaching beginnt mit einer Zielbestimmung: Welches Ziel wollen Sie erreichen? Es folgt eine Analyse Ihrer jetzigen Situation:

Wo stehen Sie jetzt?
Wo sehen Sie Ihr Problem?

Daran schließt sich ein Prozess der Veränderungen und deren Umsetzung an. Bei diesen Schritten begleite ich Sie als Coach. Sie erhalten meine Unterstützung, Anregungen & Feedback.

Rahmenbedingungen

- ungefähre Sitzungsdauer: 50 min, auch telefonisch möglich
- Gesprächsabstände: 1-4 Wochen
- empfohlene Gesamtdauer: abhängig vom Thema, mind. 10 Sitzungen

Vorträge & Workshops

Neben dem Einzelcoaching biete ich Ihnen folgende Seminare:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Mitarbeiterführung
- Stress- & Zeitmanagement
- Verhandlungsführung
- Konfliktmanagement
- Kreativitätstechniken
- Motivationstraining

Inhouse-Trainings

Alle Veranstaltungen können Sie als internes Seminar für sich und Ihre Mitarbeiter/-innen maßschneidern lassen.

“Die Neugier steht immer an erster Stelle eines Problems, das gelöst werden will.”

Galileo Galilei