„Wer seine Ziele neu definieren möchte, muss zurück zu seinen Wurzeln“

Kerstin B. Reile

Coaching
Stressmanagement
Burn-Out-Beratung
Supervision
Training
Personalentwicklung
Personalberatung

REILE
consulting

„Das Glück besteht darin, zu leben wie alle Welt und doch wie kein anderer zu sein.“
Simone de Beauvoir

Geld alleine macht nicht glücklich, erst recht nicht gesund!

Es geht im Business keineswegs alleine nur ums Geld machen. Wer so denkt, hat an seiner Arbeit keinen Spass mehr.

Es geht um mehr. Um viel mehr. Leidenschaft, Kreativität, Überzeugung, Vertrauen, Liebe, Spass - das macht Sie erfolgreich und glücklich.

Kerstin B. Reile motiviert und begleitet den Entwicklungsprozess der Menschen mit Neugierde, Begeisterung, mit Gefühl und mit sehr viel Erfahrung.

Im Fokus steht der Mensch, in ihm steckt die Kraft, die der Coach aktiviert.

Sie erkennen Ihre Stärken und Potenziale und lassen diese und Ihre Fähigkeiten in Ihrer Einzigartigkeit lebendig werden.

Menschen, ob privat oder beruflich, Kunde, Führungskraft, Investor oder Arbeitsuchender, machen das Leben aus.

Sie sind mir wichtig! Ihre Individualität ist mir wichtig! Individuell auf Ihre Bedürfnisse stimmen wir die Zusammenarbeit ab.

„Erfolg hat nur, wer etwas tut, während er auf den Erfolg wartet.“
Thomas Alva Edison

Coaching ist ein individueller Prozess der Reflexion von Verhaltens-mustern bei sich selbst und bei anderen Menschen.

Es ist überwiegend eine arbeitsbezogene Selbst-Reflexion, bei der es um die berufliche und private Situation eines Menschen in Gegenwart und Zukunft geht. Das Coaching erkennt und benennt Fähigkeiten und setzt häufig unerkannte Ressourcen frei. Das Coaching gibt Lebenshilfe, vor allem in Lebensabschnitten, die oft alleine nicht mehr zu bewältigen sind.

Reile Consulting hilft Ziele effektiv zu bestimmen!

Reile Consulting begleitet Ihren beruflichen Alltag mit person-, prozess- und organisationsbezogener Beratung, um die Ziele effektiv zu bestimmen, um praktikable Lösungsansätze zu erarbeiten, um die Potenziale zu erkennen und zu entfalten.

Ihre Persönlichkeit verändert sich positiv. Kompetenzerweiterung, starke eigene Kommunikationswirkung, persönlicher Zufriedenheitsgewinn, Optimierung der eigenen Ziele und der Selbstverantwortung sind Ihre Belohnung. Es bedeutet, dass Ihre Wahrnehmung für sich selber und für die Umwelt stark sensibilisiert wird.

Individuelles Coaching als Garant für kreative Lösungsprozesse

Unser Coaching richtet sich in erster Linie an Führungskräfte, Mitarbeiter, Selbständige und Bewerber, an Menschen, die

- Veränderungen als Chance erkennen,
- in ihrem Job erfolgreicher sein wollen,
- Unterstützung in komplexen Situationen suchen,
- bewusst an ihrem ganz persönlichen Karriereweg arbeiten,
- ihre persönlichen Kompetenzen erweitern wollen,
- Zufriedenheitsgewinn durch Reflexion und Überwindung festgefahrener Verhaltensmuster anstreben.

Ihr Ziel – unsere Methode – gemeinsamer Erfolg

Reile Consulting schafft Rahmenbedingungen, dass Sie sich von der Führungskraft bis zum Vertriebsmitarbeiter ‘wirklich richtig gut aufgehoben fühlen und die Veränderung spüren’!

Unsere Methoden:
Wir arbeiten im Coaching explizit mit einem integrativen methodenpluralistischen Ansatz, stark gebunden an systemische Ansätze, klassische verhaltenstheoretische Ansätze und anderen kommunikationsfokussierten Konzepten, wie Transaktionsanalyse.

Im Vordergrund steht die Zielpräzisierung, Lösungsorientierung, Klärung von Handlungsalternativen und ein realistisches Feedback in eine Ressourcenaktivierung.

Von der Kunst die Balance zu halten!

„Nur wer brennt, kann ausbrennen.“ Ausgebrannt fühlen, auch Erschöpfungssyndrom oder Burnout genannt trifft besonders engagierte, pflichtbewusste und hochmotivierte Menschen aus den unterschiedlichsten Berufsfeldern.
Die Balance zwischen Arbeits- und Privatleben gerät aus dem Gleichgewicht. Der Beruf, einst gern ausgeübt, wird jetzt zur Last, das Privatleben wird als anstrengend und freudlos erlebt. Dies ist der Zeitpunkt der anhaltenden Überbelastung entgegen zu wirken und die aufzretenden Warnsymptome sehr ernst zu nehmen.
In der individuellen Stressberatung und Burnoutprävention widmet sich
Kerstin B. Reile ähnlich wie im Einzelcoaching der derzeitigen Verfassung des Klienten und holt ihn da ab, wo er steht.

Gemeinsam führen Klient und Coach eine Analyse des Ist-Zustandes durch und identifizieren die persönlichen Stressoren. Gezielt wird mittels verschiedener Methoden nach der persönlichen Burnoutgefährdung des Klienten gefragt und geeignete Maßnahmen besprochen.

Im Rahmen von individuellen Interventionen wie Entspannungsübungen, Genusstraining, Kognitionstraining, Problembewältigungsstrategien und anderen Methoden entwickelt der Klient zusammen mit dem Coach seine eigene Bewältigungsstrategie und wird dadurch zu einer problembezogenen Bewältigung künftiger Belastungen befähigt.

Wie gehen wir vor?
In einem kostenlosen Erstgespräch, auch telefonisch, klären Klient und Coach das Anliegen des Klienten, den Rahmen und die voraussichtliche Dauer der Beratung. Sind beide Seiten an einer Zusammenarbeit interessiert wird ein Beratungsvertrag zur individuellen Stressberatung geschlossen. Der Start kann beginnen.

„Nur wer brennt, kann ausbrennen.“ - Am Ende ein hoher Preis für‘s Unternehmen

Es ist kein Geheimnis, dass sich immer mehr besonders engagierte, pflichtbewusste und hochmotivierte Menschen ausgebrannt fühlen.

Damit trifft es die Leistungsträger im Unternehmen.

Wie sieht es in Ihrem Unternehmen aus?
Wie sehen Kennzahlen wie Umsatz / Mitarbeiter …, in den letzten Jahren aus?

Was kosten Sie erschöpfte, ausgebrannte Mitarbeiter?

Wir bieten Unternehmern im Mittelstand unverbindlich und gratis eine Sprechstunde zur Stressoptimierung und Burnoutprävention für ihre Mitarbeiter an.

Burn-Out Beratung

Die Symptome sind individuell sehr unterschiedlich. Charakteristische Anzeichen, Gefühle wie innere Antriebslosigkeit, Niedergeschlagenheit und Resignation, reduzierte Merkfähigkeit und Leistungsfähigkeit, emotionale Erschöpfung sowie deutlicher Verlust der Lebensqualität, sozialer Rückzug, innere Leere.

Nehmen Sie Ihre Gefühle wahr! Ziehen Sie bitte die Bremse. Überlegen Sie für sich, was Sie weiter bringt, was Sie wollen, wohin Sie gehen möchten, was Sie ändern wollen. Was tut Ihnen gut? Wie können Sie etwas ändern?

Gemeinsam analysiert Kerstin B. Reile mit dem Klienten die individuelle Lebenssituation und findet neue Wege für einen achtsameren Umgang mit sich selbst. Gehören zu den Symptomen bereits diverse psychosomatische Symptome wie z.B. Schwindel, Schlafstörung, Tinnitus u.a. arbeitet Kerstin B. Reile mit Fachärzten zur organischen Abklärung zusammen.

Rufen Sie uns an, wir sind da!
So erreichen Sie uns **0211 82 82 900**

„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen, sondern möglich machen.“
Antoine de Saint-Exupery

Blockaden abbauen – neuen Handlungsspielraum aufbauen!

Supervision bietet die Möglichkeit, berufliche Handlungen und Vorgehensweisen zu analysieren, zu überdenken und neu zu strukturieren. Sie eignet sich besonders, wenn es gilt zwischenmenschliche Aspekte im Arbeitsleben genauer zu betrachten.

Situationen oder Zustände die den täglichen beruflichen Ablauf stören oder blockieren sind Gegenstand der Supervision. Dabei entwickeln sich neue Sichtweisen und Ideen. Blockierungen und Verstrickungen werden gelöst. Es werden neue Handlungsspielräume erarbeitet.

Supervision hilft Ihnen die Kommunikation im beruflichen Alltag zu verbessern, bestehende Konflikte besser zu meistern.

Unsere Supervision richtet sich an Manager, Führungskräfte, Mitarbeiter, Teams mit den Beratungsthemen:

- Reflexion beruflicher Entscheidungen und deren Vorbereitung
- Klärung von Zielen
- Personal- und Führungsfragen
- Analyse von Konfliktsituationen
- Erarbeitung von Handlungsalternativen
- Neuorientierung
- Reflexion des persönlichen und beruflichen Standortes
- Analyse persönlicher Ressourcen

Ziel ist es dabei mit dem Klienten / Team Impulse für neue Sicht- und Verhaltensweisen zu erarbeiten und somit die individuelle Kommunikations- und Handlungskompetenz zu erweitern.

„Man kann meist viel mehr tun, als man sich gemeinhin zutraut.“
Aenne Burda

Nachhaltige Leistung durch leidenschaftliches Training!

Leidenschaft, Motivation und das Wecken vorhandener Ressourcen ist mein Anspruch an Training und Coaching. Den Entwicklungsprozess von Menschen mit Begeisterung, Gefühl und Neugierde zu begleiten, steht im Mittelpunkt. Positive Einstellung, Erfolgswille und Spaß an der eigenen Tätigkeit lässt sich trainieren. Das vermittele und lebe ich in meinen Trainings jeden Tag.

Jede Reise beginnt mit einem ersten Schritt, auch die zum Erfolg.

Als Coach, Trainerin und Beraterin mit fundierter, langjähriger Führungserfahrung in der Wirtschaft, ist die nachhaltige Entwicklung und Optimierung Ihrer Kenntnisse in folgenden Themenbereichen mein Ziel:

- Erfolgreich präsentieren und moderieren.
- Wirksam kommunizieren mit Einsatz der Körpersprache.
- Kommunikation und Rhetorik
- Gespräche zielorientiert und erfolgreich führen:
- Mitarbeiter- + Zielvereinbarungsgespräche,
- Feedbackgespräche Führungskraft-Mitarbeiter / Projektleitung-Kunde.
- Konflikte wirksam lösen.
- Vertriebstraining
- Führungswirkung erhöhen durch Coaching und Vertrauen
- Mitarbeiter erfolgreich führen
- Stressmanagement
- Burnoutberatung
- Optimierung des eigenen Zeitmanagements
- Train-the-Trainer
- Projektmanagement

„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen, sondern möglich machen.“
Antoine de Saint-Exupery

Modul Personalentwicklung

Hinter Personalentwicklung verbergen sich alle Maßnahmen, die einerseits der beruflichen und persönlichen Entwicklung Ihrer Mitarbeiter und des Managements und andererseits der Qualitätssteigerung und -sicherung des Unternehmens dienen. Alle Mitarbeiter/innen sind einzubinden, um eine langfristige, an individuellen und ökonomischen Zielen orientierte Personalplanung für das Unternehmen zu realisieren. Ziele des Unternehmens sind mit individuellen Zielen und Fähigkeiten jedes einzelnen Mitarbeiters abzustimmen und zu verbinden.

Für die Umsetzung und Ausweitung der Personalentwicklung + Mitarbeiterführung bietet Ihnen Reile Consulting folgende Instrumente an:

- Coaching, Supervision und Stressmanagement, Burnoutprävention und Burnoutberatung .
- Gezieltes Mitarbeiter- und Führungskräftetraining.
- Beratung + Coaching von Führungskräften im Umgang mit Veränderungsprozessen

Auf der Suche nach den Besten

Wir sind Spezialisten in Sachen Personal. Von der Beschaffung über die Betreuung bis hin zur Veränderung sind wir der strategische und verlässliche Partner für Personalfragen. Gemeinsam vereinbarte Ziele auf Basis Ihrer Werte und Bedürfnisse, sowie sorgfältige Analysen bilden die Grundlage einer erfolgreichen Personalarbeit mit unseren Kunden.

Sie suchen die Besten für Ihr Unternehmen – Wir finden sie! Wir bieten Professionalität – Sie sparen Zeit und Geld.

Um die passenden Mitarbeiter zu finden, legen wir großen Wert darauf, Ihr Unternehmen, Ihr Management und Ihre Philosophie zu kennen.

Seriosität, Diskretion, Verlässlichkeit, Vertrauen und verantwortungsvolles Handeln sehen wir als Basis des gemeinsamen Gelingens.

„Für Wunder muss man beten, für Veränderungen aber arbeiten.“

Thomas von Aquin

Kerstin B. Reile – Coach und Trainer aus Leidenschaft!

Dipl. Oec. (VWL, Uni), Kommunikationstrainerin, Systemischer Coach, Psychologische Beraterin, Zertifizierte Burn Out-Beraterin; über 20 Jahre Führungserfahrung in verschiedenen Bereichen und Branchen: Verkauf Consumerbranche, PR, Unternehmens- und Personalberatung. 2002 Gründung der Reile Consulting mit Schwerpunkt Coaching, Training und Beratung mit Beauftragung namhafter Unternehmen.

Kerstin B. Reile
Diplom Ökonomin
Systemischer Coach

[T] 02151 / 365 58 19
[M] 0172 / 2 03 65 03
[E] reile@reile-consulting.de

Gutenbergstraße 39
40235 Düsseldorf

www.reile-consulting.de
www.reile-personal.de

REILE
consulting