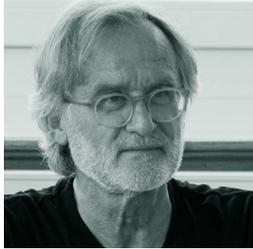


# Urs Becker

Coach | Berater | Mediator | Künstler | Yogalehrer



Urs Becker ist Coach, Mediator, Künstler und Ghostwriter. Als Coach begleitet er Führungspersonen, aber auch junge Menschen auf der Suche nach Orientierung und Sinn. Seine Coachings finden wahlweise indoor oder outdoor statt. Sein «Coaching by walking» im Wald ist zugleich ein Resilienztraining. Als Yogalehrer ist er auch Gründer und Inhaber der yogacompany.

Urs Becker war mehr als zwanzig Jahre als Mediator tätig. Er hat reiche Erfahrung in der Moderation von Partizipationsprozessen verschiedenster Art.

*«Ich begleite Sie eine Etappe auf Ihrem Weg. Dabei unterstütze ich Sie gerne darin, das für Sie Wesentliche herauszuschälen und zur Blüte zu bringen. Ich bin Ihr Sparringpartner, höre Ihnen aufmerksam zu, stelle Schlüsselfragen, frage nach und führe Sie an Ihr Potential heran, das entfaltet werden möchte. Mit meinem in Jahrzehnten aufgebauten Netzwerk öffne ich Ihnen Türen.»*

## Angebot

- Standortbestimmung
- Neuorientierung
- Outplacement
- Beruf oder Berufung?
- Pensionierung – was jetzt?
- Begleitung in Krise und Konflikt
- Biografie-Arbeit
- Kommunizieren in schwierigen Situationen
- Leadership und Innovation Coaching
- Sinnsuche

## Methode

Mit «Coaching by Walking» unterstütze ich Sie ganzheitlich und dieses bietet Ihnen dreifachen Nutzen: mentale Arbeit – physische Bewegung – Stärkung des Immunsystems.

Je nach Ziel kommen diverse Instrumente und Methoden zum Einsatz sei es aus der Gewaltfreien Kommunikation, der Biografie-Arbeit, Persönlichkeitsanalyse (Enneagramm).

## Ablauf

Sie bestimmen das Thema und formulieren Ihr Ziel. Anschliessend bearbeiten wir im Gehen Ihre Fragestellung. In der Halbzeit halten wir inne und ziehen eine erste Bilanz, schauen ob wir auf Kurs sind und gehen weiter. Am Schluss ziehen wir das Fazit, vereinbaren eventuell «Hausaufgaben» und fixieren den nächsten Termin. Selbstverständlich können unsere Coachings auch Indoor stattfinden. Coaching-Dauer: 90 Minuten

## Aus- und Weiterbildungen

- MLaw, Universität Zürich
- Mediation in Wirtschaft, Arbeit & öffentlichem Bereich, Universität St. Gallen
- Weiterbildungen in Mediation; Mediations-Supervision, Intervision
- Professionelle Prozessberatung, Trigon Entwicklungsberatung, Luzern
- Textwerkstatt für Kommunikationsprofis, Schweizerisches Public Relations Institut (SPRI)
- Yogalehrer-Ausbildung, yoga veda, Luzern