

# Mit BeFF steigen Frauen ein und auf

## BeFF

Berufliche Förderung von Frauen e.V.

### Kontaktstelle Frau und Beruf Region Stuttgart

Lange Straße 51  
70174 Stuttgart

Tel.: 0711/ 26 34 57-0

Fax: 0711/ 26 34 57-29

E-mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)

[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de)

### Unsere Telefonzeiten sind:

Mo, Di, Fr 9.00 bis 12.00 Uhr

Mi, Do 13.00 bis 16.00 Uhr

Zur Terminvereinbarung rufen Sie  
uns gerne an.

### Sie erreichen uns:

mit S-Bahn, U-Bahn und Bus

Haltestelle Stadtmitte

Ausgang Fritz-Elsas-Straße

Das Landesprogramm Kontaktstellen  
Frau und Beruf Baden-Württemberg  
wird mit Mitteln des Ministeriums für  
Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau  
und der Landeshauptstadt Stuttgart  
gefördert.



## MIT COACHING ZUM ERFOLG

EIN PROGRAMM  
FÜR FRAUEN IN  
UNTERNEHMEN,  
DIE SICH BERUFLICH  
WEITERENTWICKELN  
UND AUFSTEIGEN  
WOLLEN

Berufliche Förderung  
von Frauen e.V.

# BeFF

frau und beruf

Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



## Mit Coaching zum Erfolg

Ein Programm für

- Unternehmen, die das Potenzial ihrer Mitarbeiterinnen noch besser nutzen wollen
- berufstätige Frauen zur beruflichen Weiterentwicklung

# Weiblich und souverän im Job

## Darum geht es

Das Programm **Mit Coaching zum Erfolg** unterstützt berufstätige Frauen dabei, sich in ihrem Berufsfeld zu festigen, ihre Stärken auszubauen und ihr Entwicklungspotenzial für die Karriereplanung freizusetzen. Der Mix aus theoretischem Input, Training, Einzel- und Gruppen-coaching bietet viel Raum für Reflexion, Austausch und Vernetzung und sichert den Praxistransfer. Inhalte sind:

- Standortbestimmung und Entwicklung des beruflichen Potenzials
- Individuelle Positionierung und Strategien
- Erprobung neuer Denk- und Verhaltensmuster
- Bedeutung von Digitalisierungs- und Transformationsprozessen für die eigene Perspektive

Eine erfahrene Trainerin/Coach begleitet die Gruppe aus maximal 12 Personen in einem Zeitraum von ca. 6 Monaten.

## Teilnahme

Teilnehmen können Frauen aus allen Wirtschaftsbereichen, der Verwaltung und Non-Profit-Organisationen. Vorausgesetzt wird eine mehrjährige Berufserfahrung sowie ein anerkannter Berufs- bzw. Studienabschluss.

## Zeitraum und Ort

Das Programm startet jeweils im Frühjahr und im Herbst eines Jahres. Es findet in der Kontaktstelle Frau und Beruf Stuttgart, Region Stuttgart und **online** statt.

## Programm-Bausteine:

### Vier Trainingstage

1. Individuelle Ressourcen und Kompetenzen
2. Optimierung von Verhandlungs- und Kommunikationstechniken
3. Verantwortung und Führung
4. Selbstpräsentation und Positionierung

Auf der Basis des theoretischen Know-hows trainieren die Teilnehmerinnen die praktische Umsetzung für ihren beruflichen Erfolg.

### Vier Gruppencoachings

Im Rahmen von kollegialen Beratungen bringen die Teilnehmerinnen ihre Anliegen aus der beruflichen Praxis ein und profitieren von den Erfahrungen der anderen. Sie unterstützen sich gegenseitig in allen Fragen der beruflichen Weiterentwicklung mit Begleitung durch ihre Trainerin/Coach.

Dienstag- oder Mittwochabend 18.00 – 21.30 Uhr

### Zwei Einzelcoachings

Die Teilnehmerinnen erarbeiten ihre beruflichen Ziele und werden bei der Umsetzung begleitet. Die Termine erfolgen nach individueller Absprache.

## Kosten

Unternehmen: 1.300,- €

Selbstzahlerinnen: 900,- €

**Interessierte Unternehmen und Frauen wenden sich bitte an**

Inge Zimmermann, 0711/263457-14,  
i.zimmermann@beff-frauundberuf.de