



## Supervision, Coaching und Beratung für:

### Frauen vor der Entscheidung

Soll ich oder soll ich nicht? Nehmen Sie sich bei dieser Entscheidung Zeit und führen Sie ein Gespräch mit mir. Klären Sie, ob Sie nebenberuflich selbstständig starten wollen, sich Kooperationspartner\*innen anschließen möchten, kündigen oder sich kündigen lassen. Erfahren Sie, ob Sie Förderinstrumente bekommen und wie Sie in Ihre neue Rolle hineinwachsen.

### (potentielle) Gründerinnen

Selbstständigkeit als Option für Ihre Zukunft? Dann gehen Sie gut vorbereitet die nächsten Schritte. Entscheiden Sie, was Sie in welcher Reihenfolge tun möchten, legen Sie fest, was Sie selber tun und was Sie delegieren, Akquirieren Sie so, wie es zu Ihnen passt und erstellen Sie sich die dafür geeigneten Mittel. Setzen Sie sich mit Ihrer neuen Rolle als Unternehmerin auseinander.

### Unternehmerinnen

Reflektieren Sie Ihren Unternehmerinnenalltag mit allen Ups und Downs, planen Sie Aktionen und neue Aktivitäten, setzen Sie sich neue Ziele. Sie können sich neu fokussieren, andere Schwerpunkte setzen, die neue Rolle der Chefin einnehmen oder etwas anders verändern. Sie definieren, was Sie unter Erfolg verstehen, ich unterstütze Sie bei der Umsetzung.

### Veränderungen mit Pferden

mit Pferden können Sie authentischer agieren. Drei freundliche und sensible arabische Pferde geben Ihnen klare und deutliche Rückmeldungen zu Ihrer inneren und äußeren Haltung. Pferde können nicht lügen und glauben Ihnen nur, wenn Sie selber von Ihrem Tun überzeugt sind.

### Termine, Kosten, Förderung

Termine spreche ich persönlich mit Ihnen ab  
[info@frau-und-arbeit.de](mailto:info@frau-und-arbeit.de) oder [go@gilaotto.net](mailto:go@gilaotto.net)  
015125222918.

Erstberatung € 60,- für 60 Min.

Supervision und Coaching € 100,- für 60 Min.

Beratung und Supervision für Teams € 120,- für 60 Min.

Förderinstrumente:

*UnternehmensWert:Mensch für Teams*

### Meine Ziele

Mit Supervision, Beratung und Coaching (mit Pferden) möchte ich Sie in der jeweiligen Phase Ihres Lebens so unterstützen, dass Sie Ihre Vision eines gelungenen Lebens umsetzen können. In Veränderungsprozessen oder bei Um- und Aufbrüchen stehe ich Ihnen gerne zur Seite und unterstütze Sie darin, diese als Chance zu nutzen.

### Ihre Inhalte

Der Inhalt richtet sich nach Ihren Wünschen. Sie holen sich Informationen oder beleuchten ein Thema oder entwickeln ein neues Angebot oder treffen Entscheidungen oder erproben neue Verhaltensweisen oder Haltungen oder entwickeln Pläne oder, oder....

### Methoden und Struktur

Methoden und Struktur richten sich nach Ihren Wünschen und ggf. nach den Förderrichtlinien.

### Meine Qualifikation

Ich bin langjährig haupt- und nebenberuflich selbstständig und war 30 Jahre Geschäftsführerin bei Frau und Arbeit gem. e:V: Ausbildungen zur Erzieherin und Sozialpädagogin, seit 1995 Supervisorin und Organisationsentwicklerin, seit 2003 Gutachterin im Qualitätssicherungssystem LQW für Bildungsinstitutionen. Seit 2016 Gutachterin für familienfreundliche Unternehmen.

Gila Otto