

> NAVO Espresso Coaching  
konzentriert, stark und wirkt sofort.

NAVO Coaching und Business Sparring im Kurzformat. Für mehr Wirkkraft im Alltag. Durch konzentrierte Reflexion. Für Situationen in denen mal wieder die Zeit knapp ist. Also eigentlich immer. Fokussierte Handlungspower unabhängig vom Ort. Flexibel abrufbar.



## Espresso Coaching

Konsequent lösungsfokussiert entwickeln Sie gemeinsam mit Ihrem erfahrenen NAVO Coach für Ihre Fragestellung erfolgversprechende Antworten. Dabei bleibt der Blick konsequent in die Zukunft und auf schnell umsetzbare Möglichkeiten gerichtet.

## Details und Vorgehen

- > 30 Minuten lösungsfokussiertes Telefon- oder Video-Coaching
- > ein Thema / Anliegen pro Gespräch
- > bei akutem Bedarf - kurzfristig auf Abruf
- > oder kontinuierlich als fest im Kalender verankerte persönliche Mini-Reflexions-Qualitäts-Zeit
- > Klären der Fragestellung / des Anliegens im Vorfeld per Email
- > Instant-Erfolgsevaluation direkt am Ende jedes Espresso Calls

## Fragestellungen und Themen

Das Espresso Coaching ist geeignet für Fragestellungen, die Sie aktuell im beruflichen Kontext beschäftigen. Der Einsatzbereich ist breit gefächert und für viele Anliegen geeignet.

Auswahl möglicher Themenfelder

- \_Optimieren der Selbststeuerung
- \_Persönliche Karriere
- \_Fragen rund um Leadership
- \_Kommunikation und Wirkung
- \_Arbeitsbelastung / Stress
- \_Beziehungen und Konflikte

**NAVO Espresso Coaching - ein Konzentrat  
strukturierter Quality-Time für sich selbst. Erleben Sie,  
wie viel Wirkung in nur einer halben Stunde Espresso  
Coaching stecken kann.**