

PERSONAL COACHING  
& EXECUTIVE SPARRING

**Menschen stärken.**



MANAGEMENT SCHOOL ST.GALLEN ■  
CORPORATE PROGRAMS

ST  
GALLEN  
MEN

# Personal Coaching & Executive Sparring

Wollen Sie die menschlichen Stärken Ihres Unternehmens auf ein neues Niveau heben? Ob in der Betreuung von Führungskräften oder ganzer Teams: Unsere Coaches setzen sich dafür ein, dass Unternehmens- und Personalentwicklung in eine klare Richtung weisen – in die für alle Beteiligten optimale.

Ob Personal Coaching, Executive Sparring oder Qualifizierungstransfer: Basierend auf Ihrem Persönlichkeits- und Kompetenzprofil, wählen wir den für Ihre Bedürfnisse passenden Coach aus. Von A wie Anfrage bis Z wie Zufriedenheit dürfen Sie sich im Prozess auf St.Galler Systematik verlassen. Unseren Coaching- und Sparring-Leistungen liegt eine strukturierte und transparente Methodik zugrunde, bei welcher die Entwicklungsziele und die Themenschwerpunkte exakt definiert sind. Dies erlaubt es, den Fortschritt ebenso klar wie kritisch zu beobachten, um Probleme und aktuelle Herausforderungen frühzeitig im Prozess zu berücksichtigen.

## Persönliche Beratung

Haben Sie Fragen zu unseren Coaching-Angeboten? Mac J. Rohrbach nimmt sich gerne Zeit für ein Beratungsgespräch oder ein Angebot nach Mass:

m.rohrbach@mssg.ch  
Telefon +41 (0)71 222 51 53



## Personal Coaching

Entdecken Sie die Kraft einer persönlichen Führungsbetreuung. Erfolgreiche Leadership setzt die Fähigkeit voraus, sich und die eigene Führungssituation präzise zu reflektieren und gezielt zu verändern. Die Personal Coaches der Management School St.Gallen stehen Ihnen dabei zur Seite, auch und gerade in Phasen von Neuorientierung und hoher Belastung.

Unser Coaching ist darauf ausgerichtet, Ihre bestehenden Kompetenzen zu stärken sowie das Repertoire an Führungswerkzeugen und Verhaltensweisen zu erweitern. Die praktische Arbeit an echten Situationen aus dem eigenen Alltag prägt den gesamten Prozess. Inhalte und Ablauf des Coachings richten sich dabei nach Ihren individuellen Zielen und Voraussetzungen.

## Executive Sparring

Ob strategische Fragen, Projektsteuerung oder Mitarbeiterführung – als Unternehmensentscheider sind Sie oft auf sich gestellt. Kritische Stimmen fehlen, und die Meinungsvielfalt im eigenen Unternehmen ist zumindest eingeschränkt. Gerade Spitzenkräfte benötigen daher eine Vertrauensperson im Hintergrund, die ihnen hilft, ihr Leistungspotenzial auszuschöpfen. Als Sparringpartner bietet die Management School St.Gallen Ihnen ganz persönliche Unterstützung bei der Bewältigung Ihrer anspruchsvollen Führungs- und Managementaufgaben – auf Augenhöhe, wertschätzend und absolut vertraulich.

Unsere international erfahrenen Management-Coaches bieten Ihnen einen neutralen Blick von aussen und hinterfragen kritisch. Wir schaffen mit Ihnen einen geschützten Raum abseits vom Geschäftsalltag, in dem Sie reflektieren, sich ausprobieren und zur Ruhe kommen können. Gemeinsam entwickeln wir Szenarien, evaluieren die Auswirkungen einer möglichen Optionenwahl und erarbeiten Lösungsansätze für Ihre individuellen Fragestellungen. Damit Sie klare und gefestigte Entscheidungen treffen.

## Transfercoaching nach einer Qualifizierungsmassnahme

Erhöhen Sie Ihren Lernerfolg durch eine individuelle Begleitung über den Seminarbesuch hinaus. Unsere Coaches unterstützen Sie erfolgreich bei der Umsetzung des Erlernten in die Praxis.



## Leistungsübersicht

- Personal Coaching
- Executive Sparring
- Transfercoaching
- Teamcoaching

## Richtpreise Personal Coaching & Executive Sparring

Als Sparringpartner bieten wir Ihnen ganz persönliche Unterstützung durch einen erfahrenen Management-Coach. Buchen Sie Ihr individuelles Coaching oder Executive Sparring.

### Personal Coaching

Preis pro Stunde für Führungskräfte  
CHF 360 | EUR 350

### Executive Sparring

Preis pro Stunde für Unternehmensentscheider  
CHF 460 | EUR 450

## Paketpreis Transfercoaching im Anschluss an ein offenes Seminarprogramm

1.5 stündiges virtuelles Coaching / Sparring zu einem selbstgewählten Thema  
CHF 490 | EUR 480

Jede weitere halbe Stunde  
CHF 165 | EUR 160.–



## Zukunft gestalten – im Massstab 1:1.

Unser Personal Coaching & Executive Sparring vernetzt persönliches und unternehmerisches Wachstum.



### Der St.Galler Coachingprozess

In einem Vorgespräch besprechen wir Ihre Ziele und Wünsche und wählen den für Ihre Bedürfnisse passenden Coach aus. Im zweiten Schritt erfolgt ein virtuelles oder persönliches Kennenlernen. In Zusammenarbeit mit dem Coach legen Sie im Anschluss gemeinsam Ziele, Umfang, Dauer, Strategie und Vorgehensweisen fest. Während der Coachingphase werden Ihnen ausgewählte Werkzeuge, Methoden und Know-how vermittelt, und Sie werden bei deren Anwendung aktiv begleitet und unterstützt. Im stetigen Dialog mit dem Coach überprüfen und reflektieren Sie die Ergebnisse – damit eine optimale persönliche und berufliche Entwicklung gewährleistet ist.

### Beispiele für Coaching- und Sparringthemen

- **Vision entwickeln**  
Strategische Weitsicht, Werte und Zukunftsplanung
- **Kommunikation fördern**  
Beziehungsmanagement und Konfliktlösung
- **Fokussiert führen**  
Entwicklungspfade für die persönliche Führungsstärke
- **Souverän auftreten**  
Positionierung, Ausstrahlung und persönliche Auftrittqualität
- **Sicher entscheiden**  
Komplexe Entscheidungen im Sparring reflektieren und optimieren
- **Ziele erreichen**  
Zielstrebigkeit, Macht und soziale Einflussnahme
- **Authentizität leben**  
Charakter zeigen, Vertrauen gewinnen
- **Handlungen reflektieren**  
Reflexion von bisherigem Handeln und vergangener Entscheidungsfindung
- **Resilienz entwickeln**  
Widerstandskraft im Umgang mit Widrigkeiten



#### IMPRESSUM

Herausgeber Management School St.Gallen  
Redaktion Claudia Rohrbach  
Konzeption Management School St.Gallen  
Gestaltung Ruedi Oetiker, Mac J. Rohrbach  
© Copyright Management School St.Gallen

## LEISTUNGSPORTFOLIO CORPORATE PROGRAMS

Fünf Wege, ein Ziel – Ihr Erfolg. Besser Wissen und Können ist der Rohstoff der Zukunft. Doch sind für jedes Unternehmen andere Kompetenzen entscheidend. Daher richten wir unsere Corporate Programs präzise auf Ihr Geschäft und Ihre Strategie aus. Was kann St.Gallen für Sie tun? Wählen Sie aus unseren fünf Kompetenzbereichen Ihre passende firmeninterne Qualifizierung:

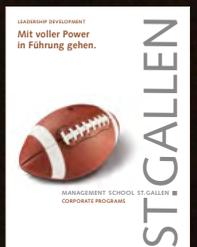
### Inhouse Seminare & Trainings

Wollen Sie für die Weiterbildung in Ihrem Unternehmen nicht auf Standardlösungen setzen, sondern auf praxisnahe Programme und Lehrmodule – mit Inhalten, Formaten und Methoden, die unternehmerische und persönliche Ziele wirkungsvoll in Einklang bringen? Der direkte Lösungsweg führt über St.Gallen.



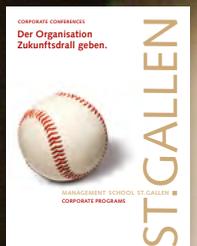
### Leadership Development

Welche neuen Fähigkeiten müssen Ihre Führungskräfte und Mitarbeiter aufbauen? Für eine ideale Entwicklung von Organisation und Menschen müssen die Potenziale erkannt und gefördert werden. Unsere St.Galler Leadership Development Programs bieten dafür ein ebenso verlässliches wie praxisfähiges Fundament.



### Corporate Conferences

Wollen Sie Ihr Firmenevent in eine inspirierende Wissens- und Dialogplattform verwandeln? Wir helfen Ihnen, die für Sie wichtigen Botschaften in das für die Teilnehmer richtige Format zu bringen – und dadurch Knowledge Management und Relationship Management intelligent zu verknüpfen.



### Personal Coaching & Executive Sparring

Wollen Sie die menschlichen Stärken Ihres Unternehmens auf ein neues Niveau heben? Ob in der Betreuung einzelner Führungskräfte oder in der Begleitung ganzer Teams: Unsere international erfahrenen Coaches setzen sich als Sparringspartner dafür ein, dass Unternehmens- und Personalentwicklung bei Ihnen in eine klare Richtung weisen – in die für alle Beteiligten optimale.



### Keynotes & Impulse

Reichern Sie bestehendes Know-how mit neuen Impulsen an. In unseren Kurzevents bringen Ihnen Experten aus Wissenschaft und Wirtschaft entscheidende Entwicklungen nachhaltig näher und unterstützen Sie dabei, neue Perspektiven wahrzunehmen. Ob für eine Stunde oder einen Tag, ob als Keynote Speech oder interaktiver Workshop: Unsere Impulse setzen ein nachhaltiges Highlight und bieten echte Chancen für Dialog und Vernetzung mit Gleichgesinnten.



# Wie dürfen wir Ihre persönlichen Stärken 1:1 fördern?



**MANAGEMENT SCHOOL ST.GALLEN**

Fürstenlandstrasse 41 | CH – 9001 St.Gallen | Telefon (41) 071 222 51 53 | [inhouse@mssg.ch](mailto:inhouse@mssg.ch) | [www.mssg.ch](http://www.mssg.ch)