

FRAGEN ZUR SELBSTEINSCHÄTZUNG

WENN SIE SICH IN DEN FOLGENDEN FRAGEN WIEDERERKENNEN, KANN
UNTERSÜTZUNG VON AUSSEN GUT TUN!

- Fühlen Sie sich häufig gestresst, erschöpft & ausgelaugt?
- Sind Sie immer wieder über andere Personen verärgert oder von Ihnen enttäuscht?
- Haben Sie das Gefühl, es ständig allen recht machen zu müssen?
- Führen Sie häufig innere Dialoge und erleben ständige Gedankenkreisel?
- Haben Sie vermehrt den Eindruck, alles allein stemmen zu müssen?
- Merken Sie, dass Sie viele Gedankengänge nicht mit dem Partner oder dem Freundeskreis teilen und alles mit sich ausmachen?
- Haben Sie Schwierigkeiten damit nein zu sagen, und gehen dadurch viel zu häufig über Ihre Grenzen oder ihre eigene Bedürfnisse hinweg?

DIESE UND WEITERE INNERE PROZESSE KÖNNEN ÜBERFORDERND
AUF IHR GANZES SYSTEM WIRKEN. GÖNNEN SIE SICH
UNTERSTÜTZUNG.
SIE MÜSSEN DA NICHT ALLEINE DURCH!



Beratung Coaching Mediation