

Für neue Perspektiven

... und den nächsten Schritt, macht Coaching Sinn!

Coaching ist lösungs- und zielorientierte Begleitung.

Die Förderung der Selbstreflexion sowie der Verbesserung der eigenen Ressourcen, lassen Ziele erreichbar werden.

Was bringt mir Coaching?

- ✓ Klarheit der eigenen Wünsche und Ziele
- ✓ Blockaden erkennen und souverän lösen
- ✓ Eigene Strategien für Lösungen entdecken
- ✓ Selbstbewusster und zufriedener im Job sowie im Privatleben

Wann macht Coaching Sinn?

- ✓ Ich wünsche mir mehr Selbstsicherheit
- ✓ Ich fühle mich gestresst, überfordert, unter Druck
- ✓ Ich suche den Perspektivenwechsel
- ✓ Ich möchte meine Ressourcen und Fähigkeiten besser einsetzen
- ✓ Ich möchte Klarheit finden, effizient Entscheidung treffen

Coaching unterstützt mit Werkzeugen und arbeitet nicht retropektiv, wie die Psychotherapie.

Check mal schnell Deine Tankstellen für Deine Ziele und Energie-Fresser!

Ziele-Check:

Zeichne Dich in die Mitte eines Blattes. Um Dich herum Tankstellen „grün“. Stromfresser-Themen „rot“.