



Umgang mit Veränderungen!

– Ängste und Sorgen verarbeiten
(die Wolken vertreiben und die Sonne wieder sehen)
und Perspektiven entwickeln –

Wer kennt das nicht?

- Ständige Neuerungen werden von Anderen veranlasst
- Innere Fragen: Kann ich die Veränderungen leisten? Halte ich den Anforderungen stand?
- Sorgen vor den neuen Situationen
- Wie vereinbare ich Beruf und Familie?
- Wie finde ich meine Platz im neuen beruflichen Setting?

Von anderen veranlasste Veränderungen erleben wir häufig als Stress. Die dabei innerlich ablaufenden Muster beanspruchen uns äußerst stark. Zeit, sich einen Coach an die Seite zu nehmen und mit ihm/ihr die Situation im Gespräch zu bewältigen. Es ist schlau, den Weg durch die Veränderung, die häufig als Krise erlebt wird, mit der mentalen Verstärkung zu bewältigen.

Was wir tun werden:

Sie vertreiben mit Unterstützung durch den Coach die Wolken. Je nach persönlicher Ausgangslage wird Ihnen der Coach helfen, tragfähige Brücken in Ihre eigene Zukunft zu bauen. Sie besinnen sich auf Ihre Stärken und finden Ihre Krafttankstellen. Durch Perspektivwechsel regt Sie Ihr Coach an, die Veränderungen zu bewältigen. Den zeitlichen Rahmen für Ihre Anliegen besprechen wir nach einem kostenfreien Erstgespräch.