Wandlung und Entfaltung

"Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren
schmerzlicher wurde, als das Risiko zu blühen."
(Anais Nin)

Persönlichkeits-Coaching unterstützt Sie dabei, mit herausfordernden Situationen besser umzugehen und bietet *Hilfe zur Selbsthilfe*.

Als Coach/Beraterin bin ich eine Gesprächs- und Vertrauenspartnerin, die Sie dabei unterstützt

⇒ Ihre persönlichen und individuellen Entfaltungsmöglichkeiten zu entwickeln
⇒ neue Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und zu integrieren
⇒ Ihre Ressourcen zu aktivieren
Als Coach/Beraterin biete ich professionelle Begleitung

⇒ beim Umgang mit herausfordernden und belastenden Situationen
⇒ bei beruflichen oder privaten Veränderungsprozessen
⇒ bei der Bewältigung von Stress und beim Aufbau von Widerstandsfähigkeit (Resilienz)