

NEU:

**Mein Platz im Leben: Wo stehe ich? Wie Sorge ich gut für mich?
Coaching für mehr Ausgeglichenheit und Kraft im Alltag**

Sie haben viele Verpflichtungen und kaum Zeit für sich selbst?

Sie erwarten sehr viel von sich und geben immer 100%? Innere Konflikte und ein schlechtes Gewissen bringen Sie häufig zum Grübeln? Sie wünschen sich mehr Ausgeglichenheit und möchten mal wieder Kraft tanken?

Dann kann ein Coaching das Richtige für Sie sein, um sich etwas Gutes tun. Hier reflektieren Sie Ihren derzeitigen Platz im Leben und finden wieder näher zu sich selbst. Die Arbeit ist lösungsorientiert und leicht, Ihr Wohlbefinden steht im Fokus.

Darum geht es im Coaching

Im Zentrum der Sitzungen steht Ihr Lebensumfeld – die Menschen um Sie herum, Ihre Aufgaben, Ihre Sorgen, Ihre Gefühle. Wir schauen uns an, welchen Platz Sie derzeit in Ihrem Leben einnehmen, wo Sie sich mehr Raum wünschen, wie Sie diesen für sich schaffen und Kraft tanken können. Gemeinsam holen wir Ihre versteckten Ressourcen wieder hervor und entwickeln Ideen, wie Sie ab jetzt gut für sich sorgen können. Aus jeder Sitzung nehmen Sie konkrete Tipps für Ihren Alltag mit.

So arbeiten wir miteinander

Methodisch ist die Arbeit vielfältig und immer auf die Klientin und die jeweilige Situation angepasst. Prinzipiell geht es darum, sich die eigenen Stolpersteine bewusst zu machen, vermeintliche Schwächen für sich positiv umzuformulieren und die persönlichen Stärken zu erkennen und nutzbar zu machen.

Umfang: Einzelsitzung à 90 Minuten (Folgesitzungen auf Wunsch der Klientin)

Ort: Die Heilpraktikerpraxis für klassische Homöopathie,
Bramscher Straße 79, 49088 Osnabrück

Kontakt: majana.beckmann@neocoaching.de