



## Mein Empathisches Coaching\* | Themen im privaten Bereich ...

Sie wollen ...

- ... lernen Ihre Gefühle wahrzunehmen und die Bedürfnisse hinter Ihren Gefühlen entdecken lernen
- ... Ihren LebensGENUSS, Ihren LebensMUT, Ihre LebensFREUDE wieder entdecken und genießen
- ... Ihr Selbstvertrauen und Ihre Selbstwirksamkeit stärken
- ... innere Konflikte lösen und Herausforderungen meistern
- ... Ihr eigenes Handeln reflektieren
- ... Ihre Stressthemen erkennen und lernen konstruktiv damit umzugehen
- ... Ihre Beziehung mit bestimmten Menschen klären und gestalten
- ... neue Sichtweisen auf sich selbst und das / Ihr Leben entwickeln
- ... Ihre Selbstorganisation achtsam und bewusst verändern
- ... Klarheit über Ihre Lebensziele gewinnen und lernen Prioritäten zu setzen
- ... Ihre Angst vor Konfrontationen reflektieren und verändern
- ... Veränderungsvorhaben kreativ und achtsam umsetzen