

Gute Gründe für ein Coaching

Die reale Vorbereitung auf eine anstehende, schwierige Situation ist gemacht – doch im Kopf läuft noch das Karussell. Lassen Sie uns die mentale Vorbereitung gemeinsam tun.

Etwas Neues steht an, doch die Ideen, wie es anzupacken ist, wollen und wollen nicht kommen. Der Zugang zur eigenen Kreativität ist blockiert. Sie möchten ihn öffnen?

Die gleiche Kritik, und die Reaktionen total unterschiedlich – Sie möchten verstehen warum?

Wissen Sie, wo Sie zurzeit stehen?
Wo Sie hin wollen? Was passiert, wenn Sie so weiter machen wie bisher?
Überprüfen Sie Ihre eigene Lebensplanung!

Stresswörter wie Prüfung, Besprechung, Familienfeier ... bringen Sie jedes Mal zur Weißglut? Sie möchten für sich einen angenehmeren Umgang damit erreichen?

Eine Sache hochmotiviert angefangen und dann doch nicht durchgehalten? Wie oft noch?

Treten bei Ihnen immer wieder in ähnlichen Situationen starke Ängste auf? Flugangst, Höhenangst, Enge, freies Reden, Lampenfieber ...

Mit welchem eigenen Verhalten hadern sie schon so lange, dass es nervt?
Unentschlossenheit, keine Motivation, zu große Hektik... Sie können es ändern!

Wie gefällt Ihnen der Gedanke, sich selbst besser zu verstehen, zu akzeptieren?

Möchten Sie gerne in bestimmten Situationen das Gute am Schlechten herausfinden?

Hätten Sie manchmal gerne die eine oder andere Fähigkeit von früher wieder greifbar?

Möchten auch Sie das nächste Mal Feedback konstruktiv annehmen, aber auch geben können?

Welche Vision, die Ihnen Kraft gibt, streben Sie langfristig an? Wie lauten Ihre attraktiven Ziele?

Schon wieder hat jemand Ihre Werte verletzt? Kennen und leben Sie Ihre Werte? Gibt es einen Wertekonflikt? Wann und wo genau?

Gibt es da nicht auch bei Ihnen das eine oder andere, was sie gerne können möchten? Zum Beispiel frei sprechen, Ski fahren, kreativ sein, organisieren,... Lernen Sie von einem Modell!

Wollten Sie schon immer, dann wenn es gilt, all Ihre Fähigkeiten zur Verfügung haben?

Eine neue Lebenssituation ist gegeben. Sie müssen sich neu arrangieren und möchten wissen wie genau es für alle Beteiligten am sinnvollsten ist?

Wie oft befinden Sie sich mit Ihren Gedanken in einer Sackgasse? Erkennen und Verändern eingefahrener Denk-Richtungen sind auch für Sie möglich.

**„Niemand weiß, was in ihm steckt,
solange er nicht versucht hat, es herauszufinden.“**

Ernest Hemingway



UTE SIMON-ADORF COACHING • TRAINING • MODERATION

Coach/Trainerin • NLP-Master DVNLP

Am Silbercher 11 • 56170 Bendorf/Sayn • Telefon (0 26 22) 92 22 18 • Fax (0 26 22) 92 22 19

Coaching-Office: Mayener Straße 133 • 56070 Koblenz

E-Mail: kontakt@simon-adorf.de • www.simon-adorf.de