

Grenzen überwinden und neue Wege finden!

Vielleicht kennen Sie André Hellers Lied *„Die wahren Abenteuer sind im Kopf.“*
Was hält uns jedoch davor zurück, unsere Träume und Visionen zu verwirklichen?

Oft sind es unbewusste Überzeugungen und selbst errichtete Grenzen. Aber: *„Unsere Grenzen sind im Kopf, und sind sie nicht im Kopf, dann sind sie nirgendwo ...“*

**Wollen Sie Ihre persönlichen Handlungsspielräume erweitern und
Ihr Leben selbst-bewusst & aktiv gestalten?**

**Möchten Sie besser mit Stress und privaten oder beruflichen
Anforderungen umgehen?**

**Wünschen Sie sich mehr Ruhe und Gelassenheit in
herausfordernden Situationen?**

Das Coaching bietet Ihnen einen geschützten Rahmen um Ihre persönlichen Anliegen und Themen zu bearbeiten.

Gerne unterstütze ich im Rahmen einer professionellen und einfühlsamen Begleitung, einen guten Umgang mit den Herausforderungen des Lebens zu entwickeln, Ressourcen zu aktivieren und gemeinsam konstruktive Lösungswege zu entdecken.

[Persönlichkeit entfalten](#)

- [Unterstützung bei persönlichen/beruflichen Veränderungsprozessen](#)

[Mehrebenen-Coaching](#)

[Diplomarbeitcoaching / Masterthesis-Coaching](#)