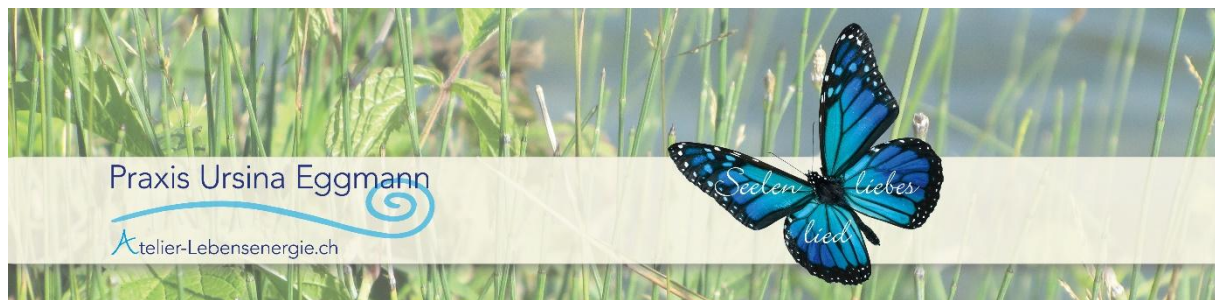




**Wenn ich meine Ängste überwunden habe.
Vor anderen, vor mir selbst.
Vor dem zugrunde liegenden Unbekannten
An der Grenze des Unerhörten.
Hier endet das Bekannte.
Doch aus einer Quelle dahinter.
Füllt etwas mein Dasein mit Möglichkeiten.**

Dag Hammarskjöld

Transformatives Coaching zur Entfaltung von persönlichem Potential **Ein Coaching-Programm mit 3 intensiven 90 Min. Einzelsessions**

Warum Coaching?

Du verspürst einen inneren Ruf, hast eine Idee, einen Wunsch, ein Projekt.

Doch du fühlst dich unsicher, dir fehlt die Energie, das Vertrauen, du fühlst dich blockiert damit.

Oder du suchst nach Vertiefung, Sinn oder Neuausrichtung in deinem Leben.

Dir fehlt der zündende Funke, die Verbindung zu deinem inneren Wissen und zu deiner Intuition.

In einer Studie der Harvard Universität wurde Probanden eine anspruchsvolle, komplexe Aufgabe gestellt, für die sie ca. 6 Monate Zeit hatten. Diese beinhaltete, dass sie zu einer Fragestellung eine eigenständige Lösung entwickeln und sich dazu auch Wissen aneignen und Ideen einbringen mussten. Alle erhielten vielseitige Infos und Quellenangaben. Ebenso wurde eine detaillierte Anleitung zur Verfügung gestellt, wie eine solche Aufgabe zu bewältigen sei. So weit hatten alle dieselbe Ausgangslage. Die Studie teilte die Probanden jedoch in zwei Gruppen ein. Die Mitglieder der zweiten Gruppe erhielten zusätzlich ein regelmässiges, persönliches Coaching angeboten. Darin wurde Ihnen keinerlei zusätzliches Wissen oder Anleitung vermittelt. Jedoch mit Ihnen ihr persönliches Vorgehen und Erleben der Arbeit reflektiert. Fortschritte wie auch Widerstände, Fragestellungen und Gedankengänge wurden angeschaut. Das erstaunliche Resultat der Studie war, dass 90% der Probanden, die Coaching erhalten hatten, am Ende eine mit «sehr gut!» bewertete Arbeit abliefern. Währenddessen von denjenigen ohne Coaching nur ca. 30% diese Bewertung erreichten.

Das Coaching hatte die Teilnehmenden wirksam in ihrem eigenen Denken und Handeln unterstützt. Ihnen aber auch Schwächen und blinde Flecken aufgezeigt und sie herausgefordert, darüber hinauszuwachsen. Und wie sich zeigte, war das erstaunlich relevant für den Erfolg.

In diesem Coachingprogramm werde ich dir einerseits Wissen und Werkzeuge rund um das Thema persönliches Potential vermitteln. Dies wirst du auch über das Coaching hinaus weiter für dich anwenden können. Andererseits werde ich dich in deinem persönlichen Prozess intensiv begleiten. Ich begleite dich, dir klar zu werden, was du wirklich erreichen möchtest. Ich unterstütze dich auch, deine Intuition und innere Kraft zu finden. Und dich davon leiten zu lassen. Du wirst merken, dass deine Idee, dein Wunsch, ein Ausdruck deiner Lebendigkeit und Kraft ist. Die gelebt werden möchte. Und so wird dein Weg sinnvoll und wirkungsvoll für dich und andere. Wir werden konkrete Schritte erarbeiten, damit du ins Handeln kommst, Chancen erkennst, Fortschritte erlebst und sich Neues verwirklicht. Dies führt dich auf einen lebendigen, sinnvollen Weg, der dich in deinen Wunsch hineinwachsen lässt.

Das Coachingprogramm beinhaltet:

3 Einzelsessions à 90 Min. bei mir in der Praxis, oder eventuell per Zoom. Informations-Material über wesentliche Aspekte der Sessions. Fragen und Hilfestellungen zur Vertiefung und persönlichen Vor- und Nachbereitung.

Die 3 Termine werden individuell festgelegt. Ich empfehle eine Abfolge von 1x monatlich. Je nach Bedürfnis und Situation kann der Abstand auch kürzer oder länger vereinbart werden.

Zwischen den Terminen liegt es an dir, dich mit dem Erfahrenen auseinanderzusetzen, Schritte anzupacken und Themen und Fragen für das nächste Mal vorzubereiten.

Du wirst in dem Ausmass vom Coaching profitieren, wie du selbst bereit bist, dich einzulassen und zu engagieren.

Wenn du Interesse hast an diesem Coaching Programm empfehle ich dir, mich kurz anzurufen, damit wir zusammen herausfinden können, ob es das Richtige für dich ist.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an für das **Coaching Programm 3x90 Min.**

Name und Vorname:

Vollständige Adresse:

Telefonnummer:

Email:

Bedingungen: Versicherung ist deine Sache. Du trägst die Verantwortung für den ausgelösten inneren Prozess während und nach dem Coaching selbst. Über allfällig vorhandene Krankheiten oder Probleme, die eine Schwierigkeit darstellen könnten, musst du mich vorgängig informieren. Die Sessions werden im Voraus bezahlt. Bei Absagen zwischen 48-24 Std. vor der Session werden 50%, bei Absagen weniger als 24 Std. vor der Session werden 100% des Betrages geschuldet.

Ich bestätige, dass ich die Ausschreibungsinhalte sowie die Bedingungen gelesen und akzeptiert habe.

Datum und Unterschrift:

**Ursina Eggmann, Stadthausstrasse 89, 8400 Winterthur, Telefon: 052 202 55 79
mail@atelier-lebensenergie.ch**