

Du bist natürlich WERTvoll

Beim diesem Coachingprozess betreten wir gemeinsam die Welt eines systemischen Coaching nach dem St. Gallener Coachingmodell®.

Inhalt dieses Coachings sind:

- Ein kostenloses Kennenlerngespräch via Zoom oder telefonisch, indem wir offene Fragen klären und die Rahmenbedingungen besprechen können (ca. 30 Min)
- Im Coachingprozess werden wir erst deinen Dich leitenden Wert bestimmen
- Im nächsten Schritt beleuchten wir die Ziele, welche mit der Erfüllung des Wertes verbunden sind und die Schattenthemen, die bisher dazu geführt haben, dass dieser Wert noch nicht gelebt wird
- Weiter geht es im nächsten Teil des Prozesses... Wir beleuchten, welche Verletzungen in deiner Kindheit zu deinen aktuellen Verhaltensstrategien geführt haben und welche Strategien zu deinem tiefsten Wohle stattdessen genutzt werden können
- Im nächsten Schritt sähen wir in deiner Tiefenstruktur das Samenkorn, welches in dir die Pflanze deiner Werterfüllung wachsen lässt
- Darauf folgend werden wir die Veränderung auf der sog. Life-Time-Line strukturieren und kreieren eine wahrscheinliche Zukunft.
- In der letzten Sitzung arbeiten wir an einem unterstützenden Selbstbild und beleuchten wir dein Thema auf einen eventuellen spirituellen Hintergrund.
- Zum Abschluss schauen wir in der Reflexion zurück und nach vorne, was da wohl kommen wird und was noch fehlen könnte.
- Für den gesamten Prozess solltest Du innerhalb eines Monats 5x circa 2-3 Stunden einplanen und danach auch bestenfalls nicht mehr viel erledigen müssen, damit das erlebte sich gut setzen kann.

Das Angebot ist sowohl online, als auch offline buchbar.

Mit diesem systemischen Coaching nach den St. Gallener Coachingmodell® wirst Du nachhaltige Veränderungen in dir anstoßen, die sich nicht mehr aufhalten lassen. Du musst nicht daran glauben und auch nichts verstehen. Es wirkt!

Ich wünsche Dir ein wundervolles Experiment!

Sandra