

40 gute Gründe für ein Coaching

Karriere und Beruf - Du willst...

1. einen Plan für deine berufliche Zukunft entwickeln
2. deine Aufgaben schneller und besser erledigen
3. dein Organisationssystem verbessern
4. dein Büro besser organisieren und einrichten
5. deine Position innerhalb eines Teams oder Unternehmens festigen
6. Motivationsprobleme überwinden
7. besser mit deinen Kollegen zusammenarbeiten
8. bei der nächsten Gehaltsverhandlung gut argumentieren
9. Selbstführung und Führung miteinander verbinden
10. erkennen, wann es Zeit für einen Arbeitgeberwechsel ist
11. den richtigen Arbeitgeber finden
12. dich richtig bewerben
13. dich selbstständig machen
14. deine Kundenbeziehungen verbessern

Gesundheit und Wohlbefinden - Du möchtest...

15. besser mit Stress umgehen
16. trotz hoher Arbeitsbelastung gesund bleiben
17. persönliche Strategien und Gewohnheiten für dauerhaftes Wohlbefinden entwickeln
18. Gewohnheiten und Abläufe vereinfachen und zur Ruhe kommen
19. dir Freiräume schaffen
20. dir anspruchsvolle und dennoch realistische (sportliche) Ziele setzen
21. deine Gesundheit an erste Stelle setzen
22. herausfinden was dir gut tut und wie du am besten entspannen kannst
23. das richtige Verhältnis zwischen Arbeit, Familie und Zeit für dich selbst finden

Persönliche Entwicklung - Du willst lernen...

24. Grenzen zu setzen und diese dir selbst und anderen gegenüber auch einzuhalten
26. die richtigen Prioritäten zu setzen
27. neue Sicht auf vertraute Situationen zu bekommen
28. dein Selbstvertrauen zu stärken
29. Visionen für dein Leben zu entwickeln
30. klare und realistische Ziele für dein Leben zu setzen
31. die Qualität deiner Beziehungen zu steigern
32. deine Chancen und Potentiale zu erkennen
33. deine Stärken zu erkennen und weiterzuentwickeln
34. „nein“ zu sagen
35. überflüssige Tätigkeiten und negative Einflüsse aus deinem Leben zu entfernen
36. deine Kreativität voll zu entfalten
37. deine Finanzplanung auf eine stabile Basis zu stellen
38. Konflikte zu lösen
39. Sich selbst kennenlernen
40. Klarheit über eigene Wünsche erlangen