

V.I.P. Coaching – 2022 wird MEIN Jahr!

Gruppencoaching

Schön, dass du hier bist!



ABSPECKEN
K A N N J E D E R



Was sind deine aktuellen
Herausforderungen?
– lässt uns in den Austausch gehen



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

Herausforderungen gehören dazu!

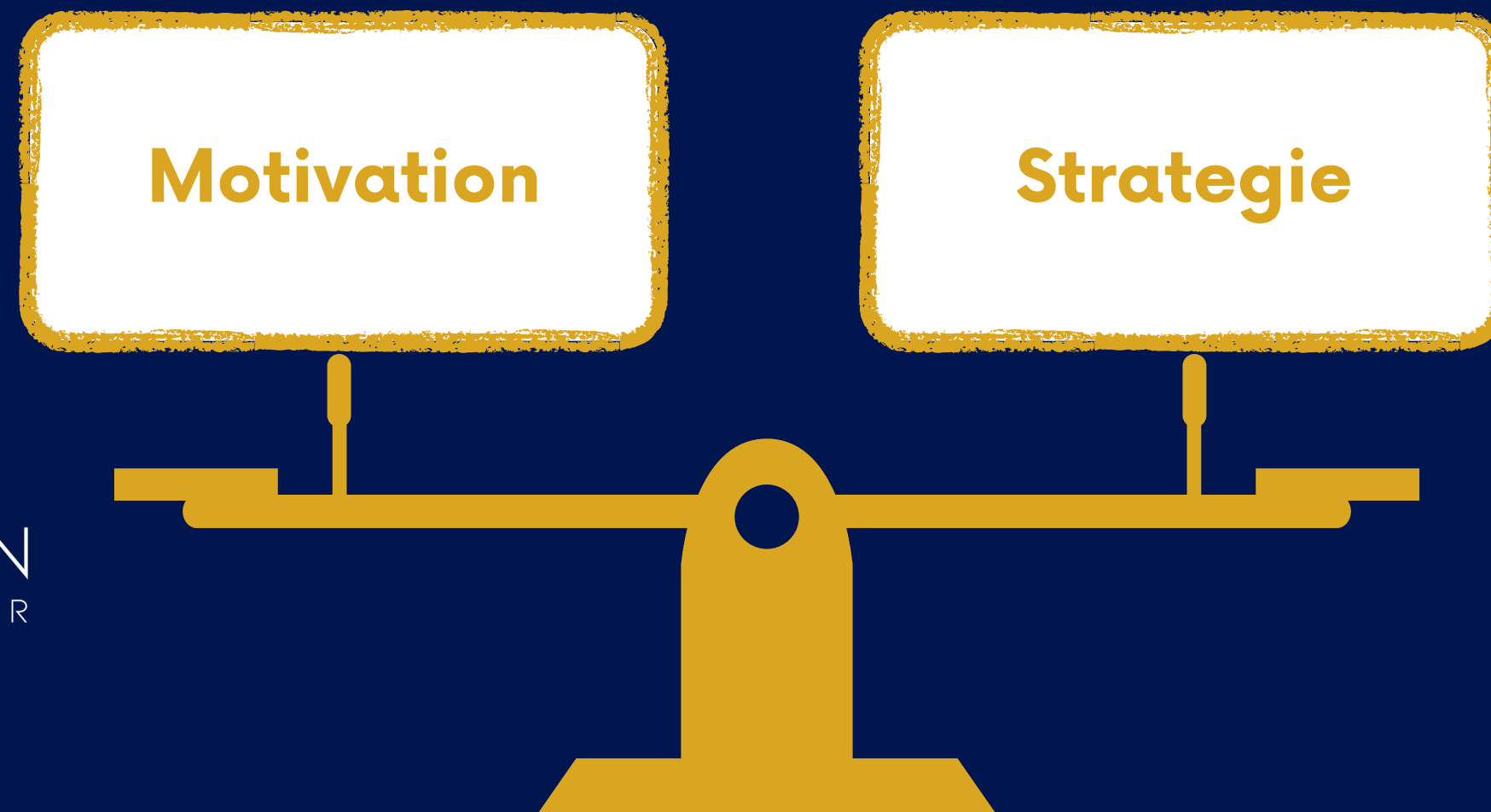


*Es geht schlussendlich nur darum,
was wir daraus machen und
wie wir mit ihnen umgehen!*



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

die 2 Ebenen der Herausforderungen



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

die 2 Ebenen der Herausforderungen

Umfrage:

auf welcher Ebene befindet sich
deine aktuelle Haupt-Herausforderung?

Motivation

Strategie



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

wenn sich deine Herausforderung auf der Strategie-Ebene befindet...

- ☞ setze dir die zu dir passenden Ziele
- ☞ probiere verschiedene Strategien aus
- ☞ thematisiere sie im Coaching



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

wenn sich deine Herausforderung auf der Motivations-Ebene befindet...

- ☞ festige noch einmal dein Warum
- ☞ mach dir klar, dass du etwas verändern musst!
- ☞ finde Ursachen & Auslöser und stelle sie ab
- ☞ erinnere dich daran, warum du hier gestartet bist!



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

Organisatorisches

- ☞ WhatsApp-Gruppe Mo.: +49 172/636 1879
Frauke Tienken / Stichwort: VIP
- ☞ Zoom-Austauschraum gewünscht?
- ☞ nächste 1 zu 1 Coachings vom 31.01. – 19.02.
- ☞ Audio-Kurs-Modul 5 & 6 anhören



ABSPECKEN
K A N N J E D E R



V.I.P. Coaching – 2022 wird MEIN Jahr!

Gruppencoaching

Danke



ABSPECKEN
K A N N J E D E R

