



Coaching-Formate für besondere Lebenssituationen

„Hier stehe ich“ - Bestandsaufnahme

Du bist gerade unsicher, wo du deine Prioritäten setzen sollst? Du wünschst dir Klarheit darüber, wo du in den einzelnen Bereichen deines Lebens stehst und wie es weitergehen soll? Diese Fragen klären wir in der systematischen Bestandsaufnahme.

Du erhältst:

- 1 Vorbereitungs-PDF (Zeitaufwand ca. 30-45 min).
- 1 Coaching à 120 Minuten, in dem wir alle Lebensbereiche unter die Lupe nehmen.
- 3 Coachings à 120 Minuten, in denen wir in die für dich relevanten Lebensbereiche noch tiefer eintauchen.
- 15 % Rabatt auf das reguläre Honorar.

„Schätze der Vergangenheit bergen“

Du hast eine schwierige Zeit hinter dich gebracht? Du möchtest gestärkt aus dieser Erfahrung hervorgehen und deine Erkenntnisse daraus für die Zukunft nutzen? Lass uns beginnen, herausfordernde Erfahrungen in nutzbare Erkenntnisse zu transformieren.

Du erhältst:

- 1 Vorbereitungs-PDF (Zeitaufwand ca. 1 Stunde).
- 3 Coachings à 120 Minuten, optimal im Abstand von 3 bis 4 Wochen.
- 15 % Rabatt auf das reguläre Honorar.

„Next Level“

Du hast einen Wunsch, eine Idee oder eine Vision, die du in die Realität holen möchtest? Du möchtest endlich den nächsten Schritt gehen, aber hast noch Fragezeichen? Lass uns gemeinsam deine Zukunft entwerfen!

Du erhältst:

- 1 Vorbereitungsaufgabe zur Ankurbelung deiner Kreativität (Zeitaufwand individuell).
- 3 Coachings à 90 Minuten, in denen wir deine Vision schärfen und die Umsetzung einleiten.
- 15 % Rabatt auf das reguläre Honorar.

„3 in 7“ Intensivcoaching in Akutsituationen

Du stehst vor einer wichtigen Entscheidung? Du bist mit einer völlig unerwarteten Veränderung konfrontiert? Du möchtest schnell wieder entscheidungs- und handlungsfähig sein? „3 in 7“ ist in einer solchen Situation genau das Richtige!

Du erhältst:

- 3 Coachings à 90 Minuten innerhalb von 7 Tagen für besonders dringliche oder gewichtige Themen.
- 15 % Rabatt auf das reguläre Honorar.

„6 in 6“ - Monatliche Reflektion

Du wünschst dir über einen längeren Zeitraum eine kontinuierliche Begleitung durch eine Sparringspartnerin auf Augenhöhe? Der monatliche Austausch ist genau dafür gemacht.

Du erhältst:

- 6 Coachings à 60, 90 oder 120 Minuten.
- Jeweils 1x im Monat.
- Das 6. Coaching gratis.

Im kostenlosen
30minütigen Vorgespräch können wir klären, was zu dir passt.

Verfügbarkeit: Mo bis Do ab 20:00 Uhr (per Skype), Fr ab 9:00 Uhr (per Skype oder vor Ort in ZH/ZG/LU), Sa und So nach individueller Abstimmung.

Hinweis: Rabatte werden mit der jeweils letzten Sitzung des Formats verrechnet.