

LIFE COACHING

Brigitte Witzer bietet Ihnen ein kompetentes, effektives und kraftvolles Coaching zu Ihren Lebensthemen. Sie hat dazu eigenständige Konzepte zu Werten, dem Umgang mit Risiko sowie der Übernahme von Verantwortung entwickelt. Diese Konzepte sind dem einzelnen Menschen verpflichtet, vielfach erprobt und auf ein menschenwürdiges (Arbeits-) Leben ausgerichtet.

TYPISCHE ANLÄSSE

- **Persönliche und psychologische Anliegen**
wie persönliche Veränderungen, Krisen, Workload und Work-Life-Balance, Gefühle des Ausgebranntseins, Selbststeuerung, Diversity
- **Übergänge von Lebensphasen**
wie vom Studium in den Beruf, aus dem Beruf in die Rente, Ende von Familienzeit und erneut Durchstarten, von der „Prinzessin“ zur „Königin“
- **Stagnation: Wachsen oder wechseln?**
Für alle Themen mit großer Tragweite: Jetzt und mit diesem Partner verbindlich den nächsten Schritt machen? Kinder oder Karriere? Den nächsten Karriereschritt nehmen, an einer Aufgabe wachsen oder doch das Unternehmen wechseln?
- **Stinking Thinking**
auch „Mindfuck“ genannt – Ausstieg aus Grübeleien, ständige inneren Schleifen, insgesamt aus der Verstandesorientierung zugunsten eines ganzheitlichen, risikointelligenten Lebens
- **Veränderung von alten Mustern**
wie Ausstieg aus der Abhängigkeit von bestimmten Prozessen wie Überarbeiten, Verantwortung für andere übernehmen, sich selbst nicht treu bleiben – Ausstieg aus Koabhängigkeit im Zusammenhang mit Arbeit und Familie, Ende von Täter-Opfer-Dynamiken
- **Lebensqualität verbessern**
wie Bewusstheit, Awareness und Weiterentwicklung, Zugang zur inneren Führung, „noble goal“, die Vision für das eigene Leben

DER ERSTE SCHRITT

Punktuelle Hilfe oder Prozess? Entscheiden Sie in einem ersten Gespräch.

Rechnen Sie bitte mit zwei Stunden, gern in Ihren Räumen. In diesem Termin können Sie Ihr Anliegen formulieren und bekommen gespiegelt, was ich als Ihr Gegenüber höre, sehe und wahrnehme. Sie machen einen ersten Schritt nach vorn, auf sich selbst zu und entscheiden dann selbst, wie Sie weiter verfahren möchten.