

Informationen zur HEB Beratung

Probleme und Lösungen	Da Sie der 'Experte' Ihres Problems sind, liegt die Lösung des Problems in Ihnen und nur Sie allein wissen, was für Sie die richtige Lösung ist. Ich als Coach helfe Ihnen diese zu finden.
Themen können sein	Stressbewältigung, persönliche Verunsicherung, Innere Unruhe, Schulstress, Mobbing, depressive Stimmungen, berufliche Veränderung, Standortbestimmung
Ziel	Ziel der HEB Beratung ist es, Sie zu befähigen, zuversichtlich in die Zukunft zu blicken und diese aktiv zu gestalten.
Potenzial	Die HEB Beratung unterstützt Ihre Potenzial Entwicklung. Oft wissen wir gar nicht, was alles in uns steckt.
Autonomie	Den eigenen Weg unabhängig von Ereignissen oder Personen gehen. Frei werden von Mustern aus der Vergangenheit resp. der Kindheit.
Erkennen	Wer in dem Lebensbereich 'Erkennen' oder 'Denken' stark ist, neigt zu Grübelei und ist oft in seinen Gedanken gefangen. In der HEB Beratung erlernen Sie Strategien um sich weiter zu entwickeln.
Handeln	Wer im Lebensbereich 'Handeln' stark ist, neigt dazu nicht nur für sich, sondern oft auch für die andern zu handeln. Die HEB Beratung hilft Ihnen zu erkennen, was Ihre und was die Verantwortung der anderen ist.
Beziehung	Wer im Lebensbereich 'Beziehung' oder 'Fühlen' stark ist, neigt dazu aus dem Bauch heraus zu entscheiden – oft wäre ein Nachdenken vor der Entscheidung sinnvoller. Darin unterstützt Sie die HEB Beratung.
Entwicklungsprozess	Wir Menschen sind sehr unterschiedlich. Darum gibt es keinen einheitlichen Entwicklungsprozess. Jede Beratung ist deshalb so einzigartig, wie die Person, die Sie sind.
Dauer	Das HEB Coaching ist ein Prozess und umfasst sechs bis sieben Sitzungen zu ungefähr neunzig Minuten.
Kosten	Richtpreis: CHF 120.00 pro Stunde, oder nach Vereinbarung.