



Schnupper Coaching Angebot

Das neue Jahr bietet eine tolle Möglichkeit, Dinge anzugehen, die man schon lange vor sich herschiebt. Und wer kennt sie nicht, die Themen, die einem schon lange beschäftigen: Soll ich einen neuen Job suchen? Wieso ist es so schwer einen neuen Partner zu finden? Wieso nur komme ich mit meiner Mutter so schwer zurecht? und und und. Die Themen können sowohl private wie auch berufliche Themen umfassen.

Coaching bietet Hilfe zur Selbsthilfe. Der Coach ist ein Prozessbegleiter, welcher dem Coachee hilft, die relevanten Fragen zu stellen und den Weg zu seiner Lösung selber zu finden. Dies geschieht mit diversen Methoden; gesprächsbasierte aber auch Aufstellungsformate, in welchen die Körper-Geist-Intelligenz angezapft wird.

«Jeder Mensch trägt alle Lösungen von Fragen oder Problemen, die ihn beschäftigen, in sich. Als Coach begleite ich den Menschen durch einen Prozess, in welchem er selber seinen Weg findet. Ich unterstütze die Kunden durch Fragen und hartnäckiges Hinterfragen, und integriere dabei alle relevanten Entscheidungsinstanzen: Kopf, Herz und Bauch.»

Zum Schnupper Coaching

- **Angebot:** 3 Coaching Sitzungen à je 60 Minuten
- **Gültigkeit:** 3 Monate
- **Kosten:** 300 CHF, beim / bis zum ersten Coaching-Treffen zu begleichen
- **Mögliche Themen / Arbeitsbereiche:**
 - Berufliche Themen, Job- & Transition Coaching
 - Partnerschaftliche und familiäre Themen
 - Anstehende Entscheidungen
 - Midlife Coaching: Neuausrichtung in der Lebensmitte
 - Lebens- und Sinn-Fragen
 - Consult „the Consultant“
 - ...
- **Voraussetzungen:** Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Etwas Mut und Ehrlichkeit, um sich seinen Themen zu stellen, sind hilfreich
- **Anmeldung**
 - Per E-Mail an stefan.faust@inhouseyoga.ch
 - Per sms / Telefon an **078 878 22 11**
- **Weitere Informationen unter:**
www.inhouseyoga.ch/personal/coaching

Zu Stefan Faust

Zur Person

- Stefan ist ausgebildeter Management und Enneagramm Coach.
- Stefan unterrichtet seit über sieben Jahren als Yogalehrer und seit einigen Jahren als Meditationslehrer.

Meine Haltung & Arbeitsweise

- *«Ich möchte den Kunden aus seinem Schneckenhäus locken, so dass er seine Fühler für Neues ausstrecken kann. Ich helfe dabei Blockaden und Hindernisse zu erkennen, diese zu überwinden und schaffe einen vertrauensvollen Raum, in welchem die Kunden sich selber sein können. Ich bin ein Sparringspartner für das Undenkbare, so dass der Kunde lernt, seinen Instinkten, Gefühlen und Gedanken zu vertrauen.»*
- *«Als Coach arbeite ich direkt und ehrlich, teilweise auch provokant aber immer einfühlsam wohlwollend und auf das Positive ausgerichtet.»*