

FÜR EIN NACHHALTIGES
PERSONALMANAGEMENT

Führungskräfte- wiedereingliederung

NACH EINER AUSZEIT WIEDER ERFOLGREICH STARTEN!

Wie schafft es ein Unternehmen die Arbeitsfähigkeit von Führungskräften nach einem Burnout oder einer psychischen Erkrankung nachhaltig zu sichern? Ich unterstütze Sie und Ihre Mitarbeitenden durch zielgerichtete Coachings, um sich nach einer Auszeit gesund, selbstbestimmt und erfolgreich neu aufstellen zu können.

DAS PROGRAMM:

Stärkencoaching

- Sich selbst besser kennen- und wertschätzen lernen
- Persönliche Stärken aber auch Grenzen definieren

Strategieentwicklung

- Fehler der Vergangenheit erkennen und vermeiden
- Energiereserven aufbauen, klar kommunizieren, ausreichend Zeit einplanen

Achtsamkeitstraining

- Individuellen Bedürfnissen erkennen und bewusst machen
- Neue Routinen entwickeln

Das Coaching vermittelt praktische Werkzeuge und Erkenntnisse, um authentisch, selbstbewusst und gesund arbeiten und führen zu können.



strengths4you

NICOLE SEICHTER FÜHRUNGSKRÄFTE-EXPERTIN

- Diplom-Betriebswirtin
- Leadership Coach seit 2007
- GALLUP® Stärkencoach seit 2013
- ICF Professional Certified Coach (PCC)
- Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) Trainerin nach Jon Kabat-Zinn

KONTAKT:

 0160 1798320

 nicole@strengths4you.com



WWW.STRENGTHS4YOU.COM



VERBAND DER
ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT