

Neue Perspektiven nach Erkrankung oder Unfall

Oftmals sind die Klienten zu Beginn des Coachings bereits in einem Ausnahmezustand, obwohl sie nach außen hin "gut funktionieren".

Die Gesamtsituation kann sich durch

- Erschöpfung
- Schlafstörungen
- Stress
- Konzentrationsschwäche
- messbaren Leistungseinbrüchen

bemerkbar machen. **Menschen nach einer Erkrankung oder Unfall sind dadurch besonders belastet.**

Es darf niemand merken, wie schlecht es den Betroffenen geht. Das ist enorm anstrengend, kostet viel Energie und kann gravierende Auswirkungen im Arbeitsleben haben. **Bei Menschen in Führungs- und Leistungspositionen kann die Daueranspannung zusätzlich einen enormen Druck verursachen.**



Das Leben verändert sich schleichend -

in eine unbefriedigende Richtung.

Befinden sich Betroffene über einen längeren Zeitraum in einem Ausnahmezustand, kommen oftmals zu beruflichen Problemen weitere Herausforderungen im Privatleben hinzu: Lebensgemeinschaften, Familien können in solchen Situationen auseinander brechen. Es breitet sich Ohnmacht aus.

Individuelle Lösungen sind gefragt

zugeschnitten auf die persönlichen Bedürfnisse und Anforderungen. Hier kommen neurowissenschaftlich fundierte Methoden zum Einsatz wie z.B. die Neuroimagination.

Menschen lernen zu verstehen, warum körperlich vieles passiert, was sie nicht nachvollziehen können und was ihnen Angst macht.

Erwächst ein Verstehen für die eigene Lebens-Situation auf körperlicher wie mentaler Ebene, kann dies der Anfang für eine komplette Neuausrichtung sein.

Insgesamt kann ich auf mehr als 20 Jahre Erfahrung in diesem Gebiet zurückgreifen.

Das Ziel ist, in die Kraft und Vitalität zu kommen. So lässt sich das Leben auch mit Einschränkungen wieder selbst gestalten und steuern.



Haben Sie Interesse an einem Austausch?

Dann freue ich mich auf Ihren Anruf unter **0175 29 02 396** oder Ihre E-Mail an: kontakt@siebert-kortyka-coaching.de oder Ihre XING Nachricht.

Ich freue mich darauf, Sie kennen zu lernen.

Ihre
Andrea Siebert-Kortyka

Siebert-Kortyka Coaching
Oststr. 2
50996 Köln-Rodenkirchen