

### Mit Coaching das Leben selbst gestalten

Berufliche Erfüllung, eine harmonische Familie, eine sicher getragene Partnerschaft, genügend Freizeit und Entspannung sowie ein einigermaßen gut gefülltes Portemonnaie, das wünschen sich die meisten Menschen für ihr Leben.

Insbesondere im Leben von Helferinnen und Helfern kann es jedoch manchmal anstrengend werden, da die eigene Biografie immer auch einen Einfluss auf das Beratungsgeschehen und die Beziehung zur Klientin/zum Klienten hat. Auch im privaten Bereich stößt die „Helfer/innen-Persönlichkeit“ nicht selten an ihre Grenzen.

### Ziel und Nutzen

Da alles, was Sie denken, fühlen und handeln sowohl Einfluss auf Ihre weitere Entwicklung und das Gelingen Ihrer beruflichen oder privaten Ziele hat und gleichzeitig die Beziehung zu Ihren Klienten/innen prägt, ist es hilfreich, sich selbst zu reflektieren und besser zu verstehen, Ihre Richtung klar zu definieren und zu strukturieren, Hindernisse auszuräumen und die entsprechenden Schritte systematisch einzuleiten. Damit werden Sie selbst wieder zum Gestalter oder zur Gestalterin dessen, was wird in Ihrem Leben. Als erfahrener Selbstfürsorge-Coach bin ich an ihrer Seite und helfe Ihnen, Ihre beruflichen und privaten Ziele zu erreichen.

### Methoden

Die Methoden meiner Coachings sind vielfältig und werden von mir je nach individuellem Anliegen ausgewählt. Die hohe Bandbreite meiner Möglichkeiten reicht von allgemeinen Coachingmethoden hin zu resilienzspezifischen, mediativen und tiergestützten Kompetenzen.

### Themenbereiche

Dieses Coaching eignet sich besonders für Menschen in Veränderungsprozessen, in schwierigen Lebenslagen, nach einschneidenden Erlebnissen, bei erhöhtem Stresslevel und bei dem Wunsch nach einem Neuanfang.

Gleichzeitig hilft Ihnen dieses Coaching aber auch, wenn Sie immer wieder an dieselben Grenzen stoßen oder Ihnen immer wieder dieselben Probleme begegnen, für die Sie keine Lösung kennen.



**Kosten**  
auf Anfrage

**Durchführungsort**  
Pia Zimmermeyer, pezett.com, Urbanstraße 9, 46399 Bocholt

**Zeiten**  
individuell vereinbar

### Ihr Coach

Pia Zimmermeyer  
geboren 1972 in  
Bocholt



Ihre Pia Zimmermeyer