

COACHING | SUPERVISION

SUPERVISION

REFLEXION & BERATUNG | COACHING
NEUE PERSPEKTIVEN UND KLARHEIT

Herausforderungen aus einer neuen Perspektive betrachten und bewältigen.

In stressigen Zeiten fühlen Sie sich vielleicht überfordert und verlieren den Überblick über Ihre beruflichen und persönlichen Herausforderungen. Durch gezielte Supervision erhalten Sie Klarheit und Unterstützung, um Stress zu bewältigen und gestärkt aus schwierigen Situationen hervorzugehen.

Nutzen Sie Supervision und Coaching, um Ihre Fähigkeiten zu erweitern und Ihre Ziele mit neuer Energie zu verfolgen.

Jetzt Termin vereinbaren!

Monika Gayer



WICHTIGE ASPEKTE

- Reflexion & Klarheit
- Stressbewältigung
- Umgang mit Emotionen
- Resilienz
- Orientierung

KONTAKT

Monika Gayer
Akad. Mentalcoach
Staatlich gepr. psychosoziale Beraterin
Handy: +43 676 849 409 256

E-Mail: monika@gayer-coaching.com
Webseite: www.gayer-coaching.com

Supervision ist der Schlüssel, um Klarheit in komplexen Situationen zu finden und neue Wege zu entdecken.

Fühlen Sie sich gestresst und überfordert?
Brauchen Sie Unterstützung bei der Reflexion?
Möchten Sie Veränderungen besser meistern?

- Supervision bietet einen Raum, um berufliche und persönliche Herausforderungen zu reflektieren. Dies hilft, Klarheit über die Situation zu gewinnen und neue Perspektiven zu entwickeln.
- Durch die gemeinsame Bearbeitung von Problemen und Belastungen kann Supervision helfen, Stress abzubauen und einem möglichen Burnout vorzubeugen.
- Supervision unterstützt dabei, neue Handlungsstrategien zu entwickeln und die eigenen Kompetenzen zu erweitern.
- In schwierigen Zeiten bietet Supervision emotionale Unterstützung und Orientierungshilfe, sodass man sich nicht allein gelassen fühlt.
- Supervision kann dazu beitragen, die eigene Resilienz zu stärken, also die Fähigkeit, schwierige Situationen zu meistern und gestärkt daraus hervorzugehen.

Jetzt Termin buchen!



Zeit
nach Vereinbarung



Ort
Lustenau



Kosten
Auf Anfrage



Kontakt
Monika Gayer



*Brechen Sie auf zu unerforschten Pfaden und
entdecken Sie das Unbekannte und Wunderbare.*

INFOGESPRÄCH BUCHEN
MONIKA@GAYER-COACHING.COM