



SANDRA MARIKA BACKERT
COMMUNICATIONS

COACHING
THEMA

VERÄNDERUNG WERTSCHÄTZUNG

Durch Wertschätzung zu mehr Wertschöpfung

VERÄNDERUNG - WERTSCHÄTZUNG

DURCH WERTSCHÄTZUNG ZU MEHR WERTSCHÖPFUNG

INHALTE

- ❖ Standort: Wer bin ich (gerade) – wo will ich hin?
- ❖ Was verstehe ich unter Wertschätzung?
- ❖ Eigene Bedürfnisse erkennen und diese kommunizieren
- ❖ Was sind meine Werte?
- ❖ Durch Selbstwahrnehmung, Selbsterfahrung erhalten
- ❖ Übungen zu inneren Antreibern und inneres Team (Friedemann Schulz von Thun)
- ❖ Toolbox erstellen
- ❖ Selbstwirksamkeit erfahren, und dadurch mehr Wertschätzung für sich, Offenheit für Schöpferisches
- ❖ Handouts/ Dokumente

COACHING PAKETE *

5 Coaching-Sitzungen (à 90 Minuten) innerhalb von max. 5 Monaten.	A	800,00 EURO inkl. MwSt.
8 Coaching-Sitzungen (à 90 Minuten) innerhalb von max. 6 Monaten.	B	1.200,00 EURO inkl. MwSt.
10 Coaching-Sitzungen (à 90 Minuten) innerhalb von max. 6 Monaten.	C	1.500,00 EURO inkl. MwSt.

* 19% MwSt., monatl. Ratenzahlung nach Absprache möglich

Ich selbst schenke mir mehr Wertschätzung.
Dadurchgewinne ich für mich und andere mehr Wertschöpfung.