Einzelcoaching

Beigesteuert von Administrator Friday, 25. January 2008 Letzte Aktualisierung Wednesday, 24. February 2016

Die EvolutionspĤdagogik ist eine sehr wirkungsvolle Coaching-Methode, die von Ludwig Koneberg als "praktische PĤdagogik" entwickelt wurde. Mit Hilfe von einfachen Bewegungsýbungen, die das Zusammenspiel von Gehirn (Bewertung einer Situation) und Körper (Reaktionsweise auf eine Situation) wieder in die Balance bringen, kann jegliches Ungleichgewicht, das sich im Stress als einseitige Reaktionsweise zeigt, gelĶst werden.Situationen, die im beruflichen und privaten Leben Stress verursachen bedeuten aus Sicht der "EvopA¤d", dass sie uns schlichtweg "aus dem Gleichgewicht bringen". Durch die bewegungsorientierten Impulse kA¶nnen Sie nach nur wenigen Coaching-Einheiten wieder auf Ihr volles Potenzial zurļckgreifen und die stressauslĶsenden Situationen im wahrsten Sinne des Wortes hinter sich lassen. Seit 2013 bin ich zertifizierte Lernberaterin und arbeite sehr gerne und überzeugt mit dieser Methode. Zielgruppe sind Einzelpersonen, die sich immer wieder in Azhnlichen Stressreaktionen wiederfinden und dabei oftmals bei ihren Mitmenschen, Kollegen oder an den Rahmenbedingungen "anecken". Meist sind gerade diese Menschen hoch intelligent bzw. hoch sensibel, und reagieren deshalb oftmals auf eine få\(\frac{4}{3} \) r ihr Umfeld anstrengende bzw. unverständliche Art und Weise. Für unsere Gesellschaft sind sie und ihre (oftmals sehr innovativen, kreativen und verantwortungsvollen) Leistungen höchst bedeutsam und sie können mit ganz einfachen Mitteln verstanden und ins persönliche Gleichgewicht gebracht werden...! Personen, mit denen ich deshalb sehr gerne arbeite sind: Kinder, die z.B. scheinbar "ohne Grund austicken" oder "einfach abschalten", Schüler, die etwa unter Prüfungsdruck ihr gesamtes Wissen nicht mehr abrufen können oder sich schlecht konzentrieren können, Erwachsene, die sich z.B. in bestimmten Team-Konstellationen schwer behaupten können, oftmals für andere "extrem anstrengend"Â wirken oder immer wieder in ein und derselben Verhaltensweise verhaftet sind, sowieFührungskräfte, die in herausfordernden Situationen oft einseitig reagieren oder bei bestimmten Themen immer wieder an ihre Grenzen stoäYen.

Das muss nicht sein! Durch die EvolutionspĤgagogik verstehen wir, dass Stress eine Reaktion des Gehirns bzw. des KĶrpers ist, die sich als Ungleichgewicht zeigt. Wenn wir die Bandbreite der ReaktionsmĶglichkeiten und Kompetenzen wieder erfahren, die wir als bewegte Lebewesen zu unserer vollen Verfļgung haben, dann kĶnnen wir wieder auf unser gesamtes Potenzial zugreifen. Sie sind dann virtuos im Umgang mit Vertrauen, Neugier, der eigenen Kraft, Ihren Gefļhlen, dem Spiel und Umgang mit anderen, mit Werten und in der Kooperation mit Ihrer Umwelt. Denn hinter dem Stress liegt Ihr Talent! In der Balance haben Sie Zugriff auf Ihr volles Potenzial und ich begleite Sie dabei, dieses voll zu entfalten.

http://www.hoffmanna.de Powered by Joomla! Generiert: 7 December, 2025, 09:14