COACHING
Dr. Katja Bühlmeyer

buehlmeyer@posteo.de | 0177 / 2143456
www.buehlmeyer-coaching.de

COACHING
Dr. Katja Bühlmeyer

# Wenn du die WELT VERÄNDERN willst, fang bei dir an.

Lerne deine **MOTIVE & WERTE** kennen und finde heraus, **WO DU HINWILLST**

Du bist unzufrieden und weißt nicht warum?

Finde heraus, wo du hinwillst und was dich glücklich macht - ich unterstütze dich dabei.

## DEINE MOTIVE

**Das bekommst du:**

- Professionelle Analyse deiner Motive (EPP - dein Emotional Performance Profile)
- Anwendungsmöglichkeiten im Alltag
- Kennenlernen deiner individuellen motivationalen Strukturen (was motiviert dich)
- Tools zur Steuerung deiner Motivation

**3 x 30 Min.**
**Coaching**

+ Wissensvermittlung zum Thema MOTIVE & MOTIVATION

## DEINE WERTE

**Das bekommst du:**

- Erfahre mehr über deine Werte in unterschiedlichen Kontexten
- Anwendungsmöglichkeiten im Alltag
- Modelle zur Verbesserung des Miteinanders in Beruf, Alltag und Sport

**3 x 30 Min.**
**Coaching**

+ Wissensvermittlung zum Thema WERTE & Bedeutung der Werte im Umgang mit Menschen

## FINDE HERAUS, WO DU HINWILLST UND GEH DEINEN WEG

**Das bekommst du:**

- IST-Analyse deiner aktuellen Situation
- Konkrete Zieldefinition auf Basis deiner IST-Analyse
- Ausführliche Bestandsaufnahme deiner Ressourcen & Stärken
- Handlungsplan zur konkreten Zielerreichung
- Handlungsplan-Check

**3 x 90 Min.**
**systemisches**
**Coaching**

**+ 3 x 30 Min.**
**Folgetermine**
zur Durchsprache & ggf. Anpassung des Handlungsplans