

# Life-Coaching und Lebensthemen

Ich sehe was, was du nicht siehst

„Ich schaffe es nicht, abends das Büro rechtzeitig zu verlassen. In der Regel wird es neun Uhr, manchmal auch später. Meine Kollegen gehen um sechs, vielleicht sieben Uhr nach Hause. Das geht so schon seit einigen Jahren. Wie komme ich aus diesem Muster raus?“

Eine typische Frage, mit denen Menschen ein Life-Coaching in Anspruch nehmen. Hinter solchen Mustern stecken oft Lebensthemen. Prägungen, über die wir uns nicht im Klaren sind, unter deren Auswirkungen wir aber leiden. Oft handelt es sich um unbewusste Konflikte. Anzeichen sind etwa übertriebene Selbstzweifel, Entscheidungsnöte, andauerndes Scheitern, quälende Schuldgefühle. Aus einem Lebensthema basteln wir uns gelegentlich eine Lebensdevise: „In meiner Arbeit gehe ich eben auf!“ Doch solche Rationalisierungen lösen den Leidensdruck nicht auf.

In einem Life-Coaching erarbeiten wir, welche Lebensthemen sich hinter einem Verhalten verbergen. Dabei werfen wir sowohl einen Blick auf das Jetzt als auch auf Ihre Biografie. Und wir sammeln Ideen, wie Sie mit dem Lebensthema anders umgehen können.

[Mehr lesen](#)

## Anlässe (u.a.)

Selbstbewusstsein stärken und Harmonie-Tendenzen aufgeben

Selbstsabotagen überwinden und Entscheidungen treffen

Herausforderungen angehen

Beziehungsstress verstehen und auflösen

Sich abgrenzen und Burnout vorbeugen

## Methode

Ein psychodynamischer Zugang, der sich mit inneren Konflikten und unbewussten Beziehungsmustern beschäftigt. Gespräche, Malen, Stuhlarbeit.

# Zielgruppe

Privatpersonen

# Coaching-Details

Alle wichtigen Infos zu **Life-Coaching und Lebensthemen**:

Coaches	Preis	Dauer
Dr. Alexander Kirchner	nach Absprache (zzgl. MwSt.) - (inkl. Essen und Getränke)	Halbtägiges Life-Coaching

Teilnehmerzahl	Veranstaltungsort	Hinweise
1 Person	Zeugplatz 7, 86150 Augsburg	-

**Kirchner-Seminare bietet seit 1972 sehr erfolgreich persönlichkeitsbildende Seminare und Privatseminare an. Thematisch konzentrieren wir uns auf unterschiedliche Facetten der Rhetorik, der Dialektik und der Persönlichkeit des Teilnehmers. Über 50.000 Personen aus allen Branchen haben mittlerweile an unseren Veranstaltungen teilgenommen. Durch unsere Qualität, Erfahrung und Reputation gehören wir im Themenfeld von Rhetorik und Dialektik zu den etabliertesten Bildungsanbietern im deutschsprachigen Raum.**

KIRCHNER | K | SEMINARE