

Personal Coaching

Der Name humanfirst steht nicht nur für Business Coaching sondern auch für ein effektives Personal Coaching. Im Dienstleistungsbereich Personal Coaching bietet unser Coaching Team ein fokussiertes ganzheitliches Beratungsangebot für Menschen in Veränderungsprozessen. Ein Personal Coach hilft Menschen dabei, die unterschiedlichsten Problemfelder und Ziele zu klären und dient ebenso als Katalysator und Förderer, um Neuorientierungsprozesse, Persönlichkeits- und Verhaltensveränderungen anzuregen und diese punktuell zu trainieren. Für den Coachee geht es darum, Probleme zu lösen, diese als persönlichkeitsfördernde Weiterentwicklung zu begreifen, die passende Position zu finden sowie die dafür notwendigen Fähigkeiten und Kompetenz zu entwickeln und dies in sein allgemeines Lebensmanagement zu integrieren. Das Coaching Team unterstützt somit Coachees dabei, die Klärungsprozesse, die Neuorientierungsprozesse und die Veränderungsprozesse optimal zu gestalten.



Personal Coaching Angebote

Sind Sie in einer Lebenssituation, die sie stark belastet oder wollen Sie aktiv eine Veränderung einleiten? Hier ist es oftmals hilfreich dabei, eine unbeteiligte Person mit einzubeziehen, welche einen neutralen Blick auf die Situation wirft und Ihnen auf dem Weg zur Lösung zur Seite steht. Mithilfe unserer Personal Coaching Angebote wird es Ihnen schon innerhalb kurzer Zeit gelingen, Ihre Lebenssituation deutlich zu verbessern. Die Beratung der Coaching Experten ist eine individuelle sowie kontextbezogene Lebensberatung, welche Persönlichkeitsveränderungen und Verhaltensveränderungen anregen wird.

Ein Personal Coaching kann Ihnen helfen bzw. Sie unterstützen bei:

- **Gesundheitlichen Problemen oder körperliche Beschwerden**
- **Konflikte in Familie, Liebe oder Partnerschaft**
- **Berufliche Schwierigkeiten oder Mobbing**
- **Persönliche Blockaden und Konflikte**
- **Identitätskrisen oder Sinnkrisen**
- **Prüfungsangst oder Redeangst**
- **Kommunikationsschwierigkeiten**
- **Mängel in Lebensbereichen**
- **Widersprüchliche Ziele**
- **Verlust und Trauer**
- **Führungskonflikte**
- **Abhängigkeiten**
- **Burn-out**
- **u. a.**



humanfirst Personal Coaching Angebote

Wenn Sie etwas anderes haben wollen, als Sie bisher hatten, müssen Sie bereit sein, etwas anderes zu tun, als Sie bisher getan haben! Gerne trainieren oder coachen wir Sie dafür persönlich und bieten Ihnen beim Personal Coaching eine kontextbezogene und individuelle Lebensberatung. Dabei werden Probleme, Ziele, Visionen und Ressourcen geklärt sowie persönliches Feedback gegeben und Bewältigungsstrategien wie auch Umsetzungsstrategien erarbeitet und trainiert. Mit den humanfirst Personal Coaching Dienstleistungen wollen wir neue Freiräume schaffen und bieten Chancen für kommende Herausforderungen, Erfahrungen, Wege, Ziele sowie für Ihren zukünftigen Erfolg.