

spursuche.ch

focusing-coaching-begleitung

Die eigene Lebensspur
finden

Potenziale erkennen
und ausschöpfen

Handlungsmöglichkeiten
erarbeiten



spursuche

focusing
coaching
begleitung

Evelyne Zahnd
Mobil: 077/ 436 41 70
Mail: ev.z@gmx.ch
www.spursuche.ch

Postadresse: Elfenuweg 9, 3006 Bern

Praxis: Spitalackerstr. 63, 3014 Bern

Persönlichkeitsentwicklung

Dem Geheimnis auf der Spur sein

In der Wahrnehmung des Eigenen und der Auseinandersetzung damit lernen Sie sich selber, Ihre Ressourcen und Potentiale besser kennen und nutzen. Auch Grenzen können erkannt, erweitert oder akzeptiert werden.

Im Gespräch, anhand von Modellen oder mittels metaphorischen Methoden reflektieren Sie Ihr Erleben und Handeln und erweitern so Ihre Handlungsmöglichkeiten.

Biografie- und Skriptarbeit

Spurwechsel wagen

Wir betrachten aktuelle Situationen, Beziehungs- und/oder Alltagsschwierigkeiten unter dem Aspekt der biografischen Lerngeschichte, spüren Verhaltensmuster auf und erarbeiten neue Verhaltens- und Deutungsmöglichkeiten hin zu mehr Authentizität, Autonomie und Eigenverantwortung.

Situationsklärung

Richtig einspüren

Komplexe Situationen können erfasst, dargestellt und in ihren Einzelheiten und Zusammenhängen sichtbar und besser verstehbar gemacht werden. Daraus lassen sich bestehende Wechselwirkungen erkennen und neue Sichtweisen, Entscheidungskriterien oder Handlungsmöglichkeiten ableiten.



Studium Psychologie und Psychopathologie
Ausbildung in Kontemplation und Beratung/ Coaching
Zertifizierte Focusing-Begleiterin
Zertifizierte ADHS-Coach und –Verhaltenstrainerin
Malbegleiterin nach Arno Stern