



Das Balance Programm bedeutet „Ärmel hochkrempeln“, und endlich das anschauen und verändern, wovon wir tief im Innern wissen, dass es richtig ist und uns häufig nur der Mut und das Selbstvertrauen fehlen, es auch zu wagen!

Es beginnt ein 8 Wochen Coaching Programm, mit dem Sie zu einem tieferen Verständnis Ihres Seins kommen können und alte Glaubenssätze ablegen werden. Sie finden gesündere und neue Wege für sich und setzen diese aktiv in Ihrem Alltag um. In diesen Wochen werden Sie eigenverantwortlich schriftliche Aufgaben sowie praktische Aufgaben bearbeiten.

Die Themen berühren Bereiche Ihres Lebens wie z. B. ihr Kontakt zu Menschen, ihre Zeitplanung, ihre Gesundheit, ihre Partnerschaft, ihre Kinder, ihre Herkunftsfamilie, Ihre Finanzen, ihre Einstellung und ihre Erfolg in ihrem Beruf und die dort verankerten Glaubenssätze und vieles mehr.

Zum Beginn und am Ende des Programms treffen wir uns zu einer Einzelsitzung jeweils ca. 1,5 Stunden, um das Programm zu starten und zu beenden.

Sie arbeiten 5 Tage / Woche am Programm und haben 2 Tage/ Woche frei.

Sie können die zwei zusammenhängenden freien Tage individuell wählen.

Am Ende jeder Wocheneinheit haben wir einen Video-Call. Aus diesem Termin heraus ergibt sich ein Plan, an dem Sie im Laufe der Woche selbstständig weiter arbeiten. Zusätzlich erhalten Sie von mir einen individuellen Fragenkatalog, den Sie einmal pro Woche ausfüllen und einige Übungen, die Sie durch die Woche begleiten. Sie sind immer zielgerichtet zu Ihrem Thema, immer kurz und effektiv aber auch fordernd. Die Ergebnisse Ihres jeweiligen Wochenthemas bilden die Grundlage für unser wöchentliches Online-Meeting. Es entsteht so ein intensiver systemischer Prozess.

Es ist erwünscht, dass Sie das Programm in ihrem Alltag durchlaufen, denn den Alltag möchten Sie ja verändern. Sich dafür Urlaub zu nehmen verfehlt den Sinn. Sie werden staunen, was sich alles verändern lässt, wenn Sie sich dafür aktiv entscheiden!

Themen zu erspüren, die Ihnen selber noch nicht greifbar sind, das ist eine meiner großen Qualitäten.

Es würde mich freuen, Sie auf ihrem Weg hin zu neuen und jetzt noch nicht vorstellbaren Möglichkeiten zu führen. Dann das Leben beginnt dort, wo Sie ihre Komfortzone verlassen.

Ich weiß um den Erfolg des Weges!

Carolin Maaß