

## Intensiv Coaching

### Individuelles Einzelcoaching in der Kleingruppe

Die aktuelle Zeit – in der wir so viel Veränderung bewältigen müssen, eine Zeit, die uns so viel Anpassung abverlangt, auf die wir uns oft nicht vorbereiten konnten, eine Zeit, die so manches Leben gänzlich auf den Kopf stellt – bietet gleichzeitig ein riesiges Entwicklungspotenzial auf persönlicher und mentaler Ebene.

Gerade in Krisenzeiten können (und müssen wir oft) wichtige Entwicklungsschritte machen.

**Ich werde Dich dabei mit meinem Intensiv-Coaching wirksam unterstützen!**

Bring Dein ganz persönliches Anliegen mit. Ganz gleich welcher Art, sei es beruflicher Natur, seien es private Themen auf Beziehungsebene zu Partner\*In, Familie, Chef oder Kollegen, oder ganz andere persönliche Themen, die vielleicht nur Dich im Umgang mit Dir selbst betreffen – ich werde Dich in Deinem Entwicklungs-Prozess engagiert, zielführend und individuell begleiten.

In diesem einzigartigen Trainingsformat entsteht ein intensives, hoch-individuelles und einzigartiges Coaching, das einen entscheidend wirksamen Unterschied macht zum klassischen 1:1 oder auch online-Coaching, denn: es vereint die Vorteile eines Einzelcoachings mit den Vorteilen eines Gruppentrainings.

Im Mittelpunkt dieses intensiven Trainings stehen die individuellen Einzelcoaching Prozesse jedes einzelnen Teilnehmers, unterstützt durch die Energie und Empathie der Gruppe. Die Kleingruppe wiederum profitiert von jedem Einzelcoaching, wodurch eigene Prozess vertieft oder neue Impulse für die eigenen Themen genutzt werden können.

Ergänzt und vertieft durch kurze theoretische Inputs, werden Lösungen vor allem emotional und körperlich verankert.

Ein einzigartiger, erprobter Methodenmix mit Elementen sowohl aus dem systemischen Coaching, der Gestaltarbeit, des Voice Dialogues, als auch Impact-Techniken und gruppendynamische Prozesse helfen dabei, mit den persönlichen Themen in die Tiefe zu gehen und dabei zu den wirklichen Ursachen von Blockaden zu kommen.

# Ingrid A. Scherle

Gesundheitspraktikerin & Resilienzcoach

Weitere Fragen? Beantworte ich sehr gerne!

Infos & Buchung bei:

Ingrid Scherle

Mail: [info@ingridscherle.com](mailto:info@ingridscherle.com)

[www.ingridscherle.com](http://www.ingridscherle.com)

Tel.: 0049-1575-320 81 46



**Trainerin:** Ingrid Adamea Scherle

Training & Beratung

ResilienzCoach, Gesundheitspraktikerin für integrative Körper- und Bewusstseinsarbeit, ganzheitliches Gesundheitscoaching, Burnout-Prävention, neurobiologische Persönlichkeitsentwicklung.

Arbeit mit Persönlichkeits- und Charakterstrukturen, neuroaffektive Regulation nach Bindungs- und Entwicklungstrauma.

Trainings und Vorträge in ganz Deutschland.