

«Ich habe einfach genug davon!»

- Begleitung durch die Krise

Keine klaren Perspektiven, fehlende Inspiration, wenige soziale Kontakte, ein Berg von Arbeit oder zu wenig zu tun? Arbeiten aus dem Home Office und teils extrem überlastet, wenn das Unternehmen «systemrelevant» ist - so sieht der Alltag aus, durchaus verschieden und doch für alle schwierig.

Weniger Toleranz, schneller gereizt und am Limit, der Optimismus schwindet. Niemand kann sagen, dass die Pandemie ihn oder ihr nicht zu schaffen macht.

«Wo ist unser innerer Kompass, wo ist die innere Sicherheit, jetzt, wo die Zukunft unsicher ist?»

Das **Gruppencoaching** schafft eine Community, in der Vertraulichkeit und Offenheit die Basis der Zusammenarbeit ist. Der Coach begleitet die Gruppe darin zu lernen, wie die individuellen Herausforderungen bewältigt werden können – z.B. durch Perspektivenwechsel und Umgang mit den Emotionen. Ein Lichtblick in der noch zu oft aussichtslosen Pandemiestimmung!



Susann Bongers ist eine erfahrene Coach, sie begleitet Führungskräfte und Top-Executives auf ihrer Laufbahn und ist zudem eine erfahrene Mediatorin. Sie moderiert die Zoom-Treffen und führt die Gruppen-Coachings durch.

Gruppengrösse: Maximal 6 Personen, Minimum 3 Personen.

Teilnahme: Per Zoom. Ein Gesamtpaket besteht aus 4 Treffen à 1.5h-2h*.

Zeiten: Nach Vereinbarung mit der Gruppe. Alle zwei Woche, jeweils am späten Nachmittag (z.B. 17:00 Uhr) oder am frühen Morgen (z.B. 07:30 Uhr).

Investition: Für ein Paket à 4 Treffen insgesamt 440 CHF zzgl. MwSt. 7.7% (Menschen, die im Moment wirtschaftlich stark von der Krise betroffen sind, zahlen die Hälfte, sprechen Sie uns an).

Erste Termine (bitte melden, falls die Termine nicht passen): Donnerstag, 25.02.2021 17.00 Uhr / Freitag, 26.02.2021 07.30 Uhr.

*Das erste Treffen gilt als «Schnuppertreffen» und wird für 150 CHF verrechnet, falls das Gesamtpaket nicht gebucht wird.

KEINE LUST AUF GRUPPEN? – auch Einzelcoachings sind möglich!

Fragen, Kontakt und Anmeldung:

Susann Bongers, bcompanion gmbh

bongers@bcompanion.ch

+41 76 330 08 04