



Mit Life Coaching blockierte Energien wieder freisetzen

Life Coach Heinz Fritz

Kennen Sie das auch? Sie durchleben eine schwierige Phase und verlieren an Selbstvertrauen und Schaffenskraft. Es gibt Probleme auf der Arbeit und gleich darauf auch in der Beziehung. Und wenn man älter wird, kommt dann noch die Midlife-Crisis und raubt einem wichtige Lebensenergie.

Die Facetten der Herausforderungen, die das Leben mit sich bringen kann, sind so vielfältig wie das Leben selbst. Und man fragt sich natürlich, was man selber daran tun kann.

Unterstützung in allen Lebenslagen bieten seit einigen Jahren *Coaches* an, also *Trainer*. Ein Coach ist - aufgrund seiner Lebenserfahrung und entsprechender Ausbildung - jemand, an den man sich bei persönlichen und beruflich schwierigen Lebenslagen wenden kann. Manche Coaches sind Business Coaches, andere konzentrieren sich als Personal Coach mehr auf die Person selbst.

Heinz Fritz, seit vielen Jahren als Coach, Mediator und Unternehmensberater tätig, bietet seine Unterstützung in beiden Bereichen an. Beim *Life Coaching* konzentriert er sich vor allem darauf, das eigentliche Lebensziel einer Person herauszufinden und zu reaktivieren. Es hat sich nämlich herausgestellt, dass dies einen wichtigen – wenn nicht den wichtigsten - Beitrag zur Verbesserung oder Wiederherstellung von Lebensenergie und Lebensqualität bewirkt.

Life Coaching ist so vielfältig wie das Leben selbst

Wie erlange ich mehr Selbstvertrauen? Was kann ich effektiv gegen Mobbing tun? Wie finde ich einen Beruf oder Job, der mir liegt? Wie kann ich meine Beziehung in eine verständnisvolle Partnerschaft wandeln? Wie kann ich Hemmungen im Umgang mit anderen Menschen am einfachsten abbauen?

Diese und viele andere Zielsetzungen können beim Life Coaching erreicht werden. Der Life Coach setzt sich im Gespräch mit seinem Gegenüber auseinander und hilft dabei, den Knoten zu lösen und die einfachste und vor allem machbare Lösung zu finden.

Übrigens erreichen Sie Heinz Fritz über www.ihr-life-coach.de oder rufen Sie doch einfach an: 0211-7337231.