

Gute Neujahrsvorsätze: Mit Coaching ans Ziel

„2012 höre ich mit dem Rauchen auf!“ oder „Dieses Jahr verliebe ich mich in den richtigen Partner!“ – solche Vorsätze fassen wir jedes Jahr, und zwar konkret zum 1. Januar. Doch wer hat nicht schon die leidvolle Erfahrung gemacht, dass ein Vorsatz und seine Umsetzung zweierlei sind? Coach und Trainerin Aimée Bastian von DIE COACHES NRW // unterstützt Menschen, die in diesem Jahr endlich richtig durchstarten wollen.

Gute Vorsätze können sich auf ganz unterschiedliche Dinge beziehen: Beruf und Karriere, Familie, Freunde oder Freizeit. Egal, was im neuen Jahr 2012 verändert werden soll – ob der Manager sich häufiger mit seinen Freunden treffen oder die zurückhaltende Angestellte mehr auf sich aufmerksam machen möchte – problematisch ist häufig die Umsetzung. Hier hilft ein Coaching: Aimée Bastian von DIE COACHES NRW // ist systemischer Coach (ECA, ICI) sowie Kinder- und Jugendcoach (IPE) und unterstützt dabei, solche Vorhaben in die Tat umzusetzen. „Der gute Wille allein reicht nicht“, weiß sie. „Wer wirklich durchstarten will, muss innere Blockaden lösen und alte Denkstrukturen aufbrechen.“ Die 360-Grad-Analyse ist deshalb zentraler Bestandteil von Aimée Bastians Coachings: Gemeinsam und auf Augenhöhe mit dem Klienten betrachtet sie sämtliche Aspekte in dessen Leben, um die inneren Blockaden aufzuspüren. Im Vordergrund stehen dabei individuell passende Lösungen – und nicht die Probleme: So werden die Neujahrswünsche Wirklichkeit.

Coachings für alle Lebensbereiche

Zu jedem Problem im Leben bietet Aimée Bastian das passende Coaching an: Wer sich unzufrieden fühlt oder nicht mehr genau weiß, was er will, für den ist zum Beispiel ein Persönlichkeitstraining das Richtige. Wer 2012 im Job weiterkommen oder Beruf und Freizeit besser in Einklang bringen möchte, ist mit einem Karriere- oder einem Work-Life-Balance-Coaching gut beraten. Aimée Bastian kennt branchenübergreifend die Strukturen von gut 50 Firmen und die Probleme im Berufsalltag. Auch die Herausforderung, Beruf und Familie zu vereinbaren, ist ihr als alleinerziehende Mutter von Zwillingen bestens vertraut: ein entscheidender Vorteil im Coaching. Aimée Bastian zeigt ihren Klienten neue Perspektiven auf: So wird der Alltag wieder entspannt – in allen Lebensbereichen.

Weitere Informationen zu den verschiedenen Coachings unter
www.die-coaches-nrw.de www.eltern-coaching-nrw.de www.kinder-coaching-nrw.de

kontakt //

DIE COACHES NRW //

Denise Heidenreich

Stromstraße 41

40221 Düsseldorf

fon +49 (0) 211.41 60 87 13

fax +49 (0) 211.41 60 87 29

presse@die-coaches-nrw.de

www.die-coaches-nrw.de

DIE COACHES NRW //

Aimée Bastian gründete DIE COACHES NRW // im Jahr 2010. Die Informationswissenschaftlerin und Organisationspsychologin ist systemischer Coach (ECA, ICI) mit den Schwerpunkten Businesscoaching und Work-Life-Balance sowie Kinder- und Jugendcoach (IPE). Als Inhaberin einer Agentur für Unternehmenskommunikation arbeitet sie seit 1999 mit Unternehmen bis zu 10.000 Mitarbeitern. Aimée Bastian kennt branchenübergreifend Strukturen und Prozesse von gut 50 Firmen und hat sich intensiv mit den Mitarbeitern und Stellenanforderungen ganz unterschiedlicher Hierarchiestufen befasst. Dies ist gerade im Coaching ein entscheidender Vorteil, denn sie weiß genau, wovon Sie sprechen.