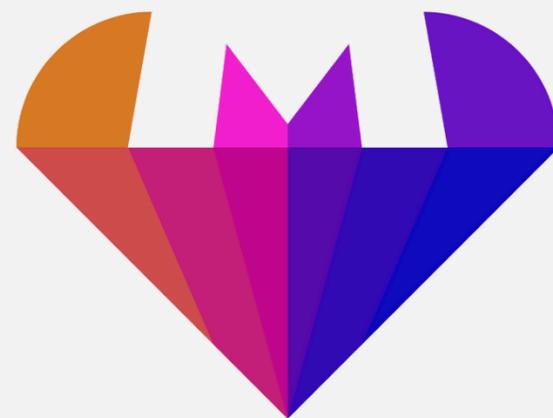


DIAMANT DER ERKENNTNIS

Für mehr Klarheit und innere Stärke.



MOCHING
motivierendes coaching

Anleitung

 **Nimm Dir Zeit und finde einen ruhigen Ort.**

 **Gehe Folie für Folie die Fragen durch und**

- **beantworte sie für Dich in Gedanken** 
- **oder**

- **schreibe die Antworten auf** 

Was ist

**Welche Herausforderung hast Du aktuell?
Was beschäftigt Dich? / Was ist Dein Thema?**

Was macht es mit Dir?

WWEIR

Wer ist daran beteiligt?

Wen betrifft es auch und in welchem Zusammenhang?

Wie geht es Dir damit?

Ziele

**Du möchtest das Thema, die Herausforderung nicht mehr haben?
Das Problem soll gelöst sein?**

Wie möchtest Du Dich fühlen?

**Dafür sollte sich was ändern? Was genau? Was sollte passieren?
Und was noch?**

Diamant



Dieser Diamant ist besonders. Er löst alle Probleme. Ihn in der Hand haltend, musst Du nur an das gute Ergebnis glauben.

- schliesse nun Deine Augen und stelle Dir das vor -

Bezogen auf Dein Thema:

Du siehst Dein Wunsch-Ergebnis und Du bist zufrieden, es fühlt sich gut an. Was siehst Du?

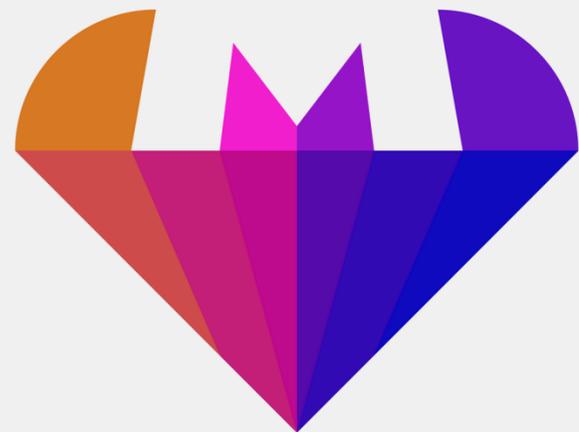
In das Hier und Jetzt übertragen:

Was muss dafür passieren? Was sollte getan werden? Was bzw. welche Unterstützung brauchst Du?

Wie war die Übung für Dich?

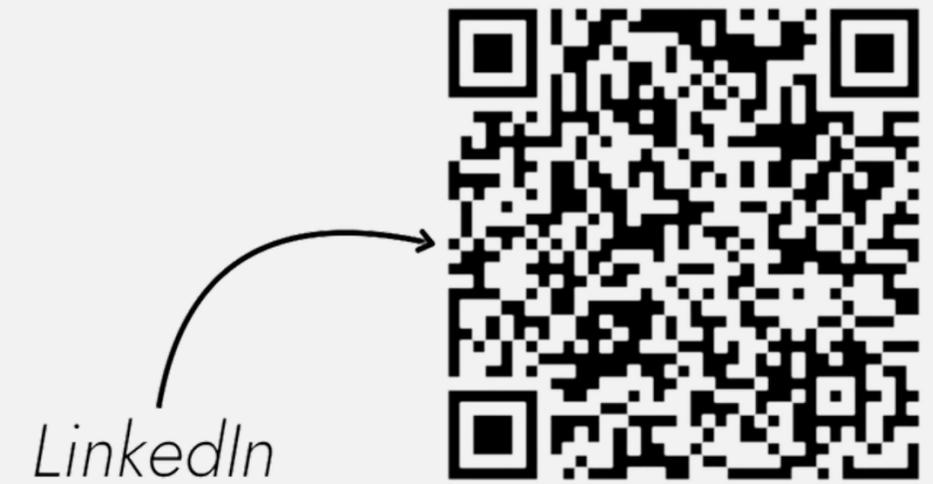
Sind Deine Gedanken, Wünsche, Ziele etwas klarer?

Ich freue mich über Dein Feedback.



MOCHING
motivierendes coaching

DOROta buczynski



LinkedIn

<http://linkedin.com/in/moching>

 +49 176 42 07 27 55

 moching.de@gmail.com



Website

www.moching.de