



Wir sind auf deine individuellen Bedürfnisse und Ziele zugeschnitten

Als Pflegefachkraft kannst du mit einer Reihe von Herausforderungen konfrontiert sein

Du suchst ein Coaching, eine Beratung oder Unterstützung:

- weil** du in deinem beruflichen Alltag an emotionaler Grenzen stösst?
- weil** du dich besser abgrenzen und lernen willst zu dir achtsamer zu sein?
- weil** deine organisatorische Arbeitsweise dich in Stresssituationen versetzt?
- weil** du als Pflegekraft von Angehörigen Konflikte mit dem Umfeld und dir selbst hast?
- weil** du deine Resilienz (psychische Widerstandskraft) stärken möchtest?
- weil** du deine Ressourcen gezielt erkennen willst?

Was erwartet dich:

- Erarbeiten** von konkreten und individuellen Lösungen für die Herausforderungen im Pflegealltag.
- Unterstützung** und Begleitung durch einen erfahrenen Coach oder Berater.
- Gestärktes** Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein als Pflegefachperson.
- Verbesserte** Kommunikation unter Fachpersonen und Angehörigen.
- Erhöhtes** Bewusstsein für deine persönlichen Bedürfnisse.



Heidi

Zusammen erarbeiten wir Lösungen.
Als zertifizierte Coaches hören wir dir aktiv zu.

Wir unterstützen dich dabei, dein Vertrauen in dich zu stärken
und deine Möglichkeiten zu erkennen

**Unsere Beratung findet als Online-Coaching statt.
Bei Bedarf auch vor Ort.
Kosten: CHF 100.- bis 130.- pro Sitzung.**



Alexandra

**Wir freuen uns, wenn wir dich kennenlernen dürfen
«Lichtblicke» mit Angeboten von Menschen für Menschen**

**Informationen: www.lichtblicke-coaching.ch
info@lichtblicke-coaching.ch
Telefon 076 481 46 79**

