

# Personal Coaching

## Persönliche Entwicklung

Kennen Sie Ihre Werte? Ihre 4 höchsten Herzens-Werte? Leben Sie diese? Falls Sie hier mit etwas anderem, als einem herzhaften "JA, immer!" antworten: **Wollen Sie diese Situation ändern?**

Herzens-Werte sind der Garant für ein glückliches, ja ein erfülltes Leben. Basis für echte Sozialkompetenz. Beispiele für Werte des Herzens sind: LIEBE, FREIHEIT, GOTT, VETRAUEN, WAHRHEIT... und unterscheiden sich damit maßgeblich von den materiellen Werten. [Interesse? Fragen? Anja Seiferth freut sich auf Ihren Anruf oder Ihre Email.](#)

### Der Kern eines Personal-COACHINGS

- Persönliche Wünsche des Klienten analysieren
- Herzens-Werte erkennen und bewusst überprüfen
- Zusammenhänge zum IST-Zustand verstehen
- bisheriger blockierender Verhaltensweisen bewusst werden
- neuen positiven Fokus auf Leben samt Herausforderungen entwickeln
- neue, individuell stimmige Lösungswege und Ziele definieren
- **TUN!**

### Die Vorgehensweise

- GANZheitlich mit dem Ziel Harmonie für Körper + Geist + Seele
- Immer individuell maßgefertigt
- Vertrauensvolle, zielorientierte sowie ehrliche Zusammenarbeit von Coachee und Coach

### Coaching-Vision

- Das wahre Potential der eigenen Persönlichkeit leben
- Echt und Wahrhaftig sein
- Sich selbst lieben --> authentisches Selbst-Bewusstsein

### FOKUS der Trainerin

- Lösungsorientiert + Lebensfreude + Leichtigkeit
- Wieso schwer, wenn es leicht gehen kann?
- Berufung leben

### INFO & TERMINE:

**Anja Seiferth | Kohlhunden 16 | D-87616 Marktoberdorf | Telefon 08342-8956172**

### STICHWORTE:

Personal Coaching, Persönlichkeitsentwicklung, Herzens-Werte, Coaching, Coachee, Training, Trainer, Kommunikations-Training, Achtsame Kommunikation, Partnerschaftliche Kommunikation, Selbstverantwortung, Bewusstsein, Herausforderungen als Chance erkennen und nutzen, Persönliche Weiterbildung, Erfolg, Vision entwickeln, Blockaden erkennen und transformieren, Verhaltensmuster verändern, Transformation, Selbstbewusstsein, Innere Schönheit, Leben lebenswert gestalten, Ich Bin, Sein, Erfüllung, Hermetische Gesetze, Ursache & Wirkung, Herzengüte, Sich selbst lieben, Ja wie denn? Vertrauen, Selbstvertrauen, Sicherheit, Souveränität, Achtsamkeit, Selbstheilung, Werte & Regeln definieren, Soziale Kompetenz schulen,

