



Stressmanagement-Coaching

Schneller und nachhaltiger Abbau ungesunder und belastender Emotionen im Umgang mit der Arbeit, Kollegen und Kunden.

Rational-Emotives Verhaltens-Coaching

Wenn Emotionen wie z.B. Ärger/Wut, Angst oder Schuldgefühle lange andauern, werden Mitarbeiter überbelastet und es droht Burnout. Rational-Emotives Verhaltens-Coaching, basierend auf der erfolgreichen und wissenschaftlich fundierten REVT, ist eine sehr effektive Methode, solche ungesunden in gesunde Emotionen umzuwandeln.

Ablauf:

- Ein Intake-Gespräch (ca. 30 min., kostenfrei)
- Ca. 3 – 6 Coaching-Termine zu je. 90 -120 min.
- Ein Abschlussgespräch (ca. 60 min.)

Coaching Company Regensburg

Im Gewerbepark D75 (1. OG)

93059 Regensburg

Gerrit Idsardi M.A. – Tel. 0175 - 6 674 574

Systemischer-Coach, REVT-Coach

Dr. phil. Britt Kirstein – Tel. 0173 - 24 24 253

Business-Coach, Wirtschaftsmediatorin



info@coaching-company-regensburg.de

www.coaching-company-regensburg.de