

Stressmanagement einfach provozierend Lust sein
frei ergebnisorientiert Zeit Coaching anpackend
Schlaf ansprechend Trance schlank leicht Sport
Selbstbewusstsein direkt offen teilnehmend
Hypnose energisch Trauer Regression Emotionen NLP
Liebeskummer EFT unbegrenzt Mut charismatisch Erfolge

frei sein
grenzenlos
Stefan
Polster

Life-Coaching

Business-Coaching

Stressmanagement

Stressreduzierung



Life-Coaching

Verbesserung sozialer Kompetenzen • Auflösung von Blockaden im Kontext sozialer (Selbst-) Verantwortung • Allgemeine Erweiterung des Verhaltensrepertoires • Flexibilisierung von routinebedingtem Standardverhalten • Überprüfung der Lebens-planung • Unterstützung bei akuten Konflikten, z. B. Beziehungskonflikten • Vorbereitung auf neue Aufgaben und Situationen • Konfliktbearbeitung für Einzelne oder innerhalb von Gruppen

Business-Coaching

Verbesserung der sozialen Kompetenzen, der Management- und Führungskompetenzen • Auflösung unangemessener Verhaltens-, Wahrnehmungs- und Beurteilungstendenzen • Abbau von Leistungs-, Kreativitäts- und Motivationsblockaden (innere Kündigung) • Allgemeine Erweiterung des Verhaltensrepertoires • Flexibilisierung von routinebedingtem Standardverhalten • Umgang mit persönlichen (Sinn-) Krisen, z. B. mangelndes Selbstvertrauen • Überprüfung von Lebens- und Karriereplanung • Unterstützung bei akuten Konflikten, z. B. bei Beziehungskonflikten mit anderen Menschen • Bearbeitung von durch Organisationsstrukturen oder Organisationsentwicklungsmaßnahmen bedingten Problemen, z. B. der Umgang mit neuen Rollen, Integration neuer Mitarbeiter, veränderter Umgang in einer flexiblen und schlanken Organisation • Vorbereitung auf neue Aufgaben und Situationen • Förderung von Teamarbeit, bereichsübergreifenden Arbeitsgruppen und Projekten • Konfliktbearbeitung für Einzelne oder innerhalb von Gruppen • Bearbeiten von Diskrepanzen zwischen formulierter Unternehmens- bzw. Organisationsstruktur und beobachtbaren Verhalten von Mitarbeitern.

Stressmanagement einfach provozierend Lust sein
frei ergebnisorientiert Zeit **Coaching** anpackend
Schlaf ansprechend Trance schlank leicht Sport
Selbstbewusstsein direkt offen teilnehmend
Hypnose energisch Trauer Regression Emotionen NLP
Liebeskummer EFT unbegrenzt Mut charismatisch Erfolge

frei sein
grenzenlos
**Stefan
Polster**

Wenn Menschen anders, genauer ihre Sinnesaufmerksamkeit dazu einsetzen, sich ihrer Absichten und Vorhaben klar zu sein, entdecken sie, dass die Kontrolle über Lebensprozesse enorm mehr Wahlmöglichkeiten – unbegrenzte mentale Freiheit – schafft.

Frühere Fehlschläge, die aus fehlenden Informationen, wechselseitigem Unverständnis, Erwartungsängsten, fehlender Motivation; dem Erlebnis, Fähigkeiten kontextbedingt nicht verfügbar zu haben, wie z. B. die Ressource „Vorstellungskraft“, sind nur ein kleiner Aus-riss von Umständen, die zu dramatischen Erfahrungen führen können.

Coaching bedeutet das „Lernen am Modell“. Hilft, generative Fähigkeiten in den Kontext zu übertragen. Verknüpfungen aus Zielvorstellungen, die in individuellen Lernschritten erreichbar sind, machen das Erleben von geeigneten Übergängen, von „verrückten Erfahrungen“, von ungestörtem Träumen zu neuen Blanco-Ressourcen, möglich.

Stressmanagement Stressreduzierung

Erleben Sie

Flexibilität • Generalisierung von Fähigkeiten • Leichtigkeit bei Aufgaben • Unabhängigkeit • Versöhnung und Freiheit • Gelassenheit • Lösungsmöglichkeit • Realisierbarkeit • automatisches Weiterkommen • Entscheidungsfreiheit • Aussöhnung • Kritik- und Lernfähigkeit • Selbstvertrauen • Selbstbestimmtheit • Chancen für neue Erlebnisse

*Nehmen Sie heute noch Kontakt mit mir auf –
Heute ist morgen schon gestern!*

Ich freue mich auf unsere Begegnung.

Stefan Polster



Stefan Polster
Brehmestraße 13
31139 Hildesheim

☎ 05121 999295
E-Mail: info@freiseingrenzenlos.de
www.freiseingrenzenlos.de