

# BALANCE HALTEN – IHRE ZIELE IM BLICK

Das besondere Seminar



## RAUS AUS DEM HAMSTERRAD

- » WIEDER NUR GERADE SO DIE TAGESLISTE BEWÄLTIGT?
- » IMMER NOCH UNZÄHLIGE AUFGABEN UND WÜNSCHE OFFEN?
- » BERUF, FAMILIE UND EIGENE INTERESSEN EINFACH NICHT UNTER EINEN HÜT ZU BRINGEN?

**Die moderne Welt fordert den ganzen Menschen, im Beruf und privat.**

**Alles wollen und Alles schaffen ist unrealistisch – und auch gar nicht wünschenswert.**

## WISSEN SIE NOCH, WAS SIE EIGENTLICH WOLLEN?

Wer seine persönlichen Ziele kennt,

- » entscheidet sicher,
- » arbeitet sinnvoll und effizient,
- » trennt sich von unnötigem Ballast,
- » gewinnt die Leichtigkeit im Leben zurück.

## DURCHBLICK JENSEITS DES TAGESGESCHÄFTS

Gewinnen Sie in einem ganz besonderen Seminar Klarheit über Ihre Lebensziele und Visionen. Das einzigartige Trainerteam steht mit beiden Beinen auf dem Boden und öffnet den Blick in Richtungen, auf die Sie vorher gar nicht gekommen sind. Sie finden Ihren eigenen Leitfaden im Überangebot der Möglichkeiten und Pflichten und lösen scheinbar unüberwindbare Gegensätze zwischen Beruf, Familie, Alltag und Spiritualität.

## DAS SEMINAR

Das Seminar zeigt, welche Faktoren zu einer ausgewogenen Lebens-Balance führen und wie die Leistungsfähigkeit auch in schwierigen Situationen aufrecht erhalten werden kann. Dabei bilden praktische Übungen und mentales Training eine Einheit mit effizienten Techniken des Ziel- und Selbstmanagements.

Abwechslungsreich und kreativ werden Sie mit Vorträgen, Übungen, Diskussionen und Einzelcoachings eingeladen, über den Tellerrand zu sehen, Überraschendes über sich und Andere zu erfahren und eigene Ziele zu erkennen. Sie erhalten konkrete Handlungsimpulse, die Veränderungen möglich machen und Lust auf Neues wecken.

## DIE TRAINER

**Der Blick aufs Ganze – Trainer mit Erfahrung in Wissenschaft, Industrie, Konzernen, Theologie und Philosophie:**

**Dr. Heike Gottschalk** gründet ihre Tätigkeit auf das Wissen, das sich aus ihrer naturwissenschaftlichen Ausbildung, der langjährigen Industriekarriere und der Ausbildung und Praxis als Coach, Unternehmensberaterin, Mediatorin und Aufstellerin zusammensetzt. Eigene Erfahrungen haben den Blick für systemische Zusammenhänge geschärft und bringen Klarheit in wichtige Lebensentscheidungen.

**Dipl.-Theol. Markus Schäfler** hat in Augsburg und Dayton, Ohio, Diplom-Theologie studiert und war bis zu seiner Heirat als katholischer Priester tätig. Heute arbeitet er als Lebensberater und Zeremoniengestalter und ist in der alt-katholischen Kirche Priester im Zivilberuf. Seine theologisch-philosophische Ausbildung sowie seine Qualifikationen in systemischer Aufstellung und Personal Coaching ermöglichen ihm einen ganzheitlichen Ansatz, der neue Perspektiven aufzeigt.



## IHR ERGEBNIS

**Sie erlangen Klarheit über Ihre Ziele und für Sie gangbare Wege – damit Sie dort ankommen, wo Sie hinwollen. Im Alltag werden Sie es merken:**

- » Burnout- und Stress-Prävention durch zielorientiertes Arbeiten
- » Höhere Führungseffizienz
- » Ausgeglichenes Berufs- und Privatleben
- » Passende Ansätze für eigene Vorgehensweisen
- » Nachhaltige Veränderung
- » Mut für Neues

### Termin und Ort auf Anfrage

**Zeit:** Beginn 1. Tag 10 Uhr, Ende 3. Tag 17 Uhr

**Kosten:** 1.490,- Euro zzgl. MwSt. und Unterbringung

**Maximal 8 Teilnehmer**

### Weitere Informationen und Anmeldung:

Dr. Heike Gottschalk

Mobil 0173 7037344

[www.heike-gottschalk.de](http://www.heike-gottschalk.de)

## SYSTEMISCHE LÖSUNGEN

Johannes-Kirschbaum-Str. 12  
40667 Meerbusch  
Telefon 0 21 32 65 94 48  
Mobil 0 173 7 03 73 44  
E-Mail: [info@heike-gottschalk.de](mailto:info@heike-gottschalk.de)

[www.heike-gottschalk.de](http://www.heike-gottschalk.de)