

Tineke Sondag – Coaching & Beratung

Systemisches Coaching

Als Prozessbegleiterin und Impulsgeberin begeistert es mich, (vorhandene) Ressourcen und Stärken von Menschen sichtbar zu machen und diese weiterzuentwickeln.

Im Coaching-Kontext liegt mein Schwerpunkt u. a. im Bereich „Gesunde Selbstführung“ – ein Thema, welches in verschiedenen Lebenskontexten eine wichtige Rolle spielt. Insbesondere im Beruf sind Fach- und Führungskräfte gefordert, sich persönlich so aufzustellen, dass sie mit Stress, Unsicherheiten und Belastungen gut umgehen und sich selbst gesund führen können. Coaching als Prozessberatung bietet vor diesem Hintergrund einen Raum für Reflexion und die Erarbeitung von Haltungs- und Handlungsstrategien.

Die Ziele des Prozesses sind jeweils sehr individuell, nichtsdestotrotz ist die selbstwirksame und resiliente Gestaltung des Arbeitsalltags ein verbindendes Glied. Auf diese Weise kann die Gesundheit und Leistungsfähigkeit nachhaltig profitieren, was sich wiederum positiv auf das Arbeitsumfeld auswirkt.

Das Format des Coachings kann variieren von lösungsorientiertem Kurzzeitcoaching bis hin zu prozessualem Coaching, das sich über einen längeren Zeitraum erstreckt. Ich verfüge über einen eigenen Coaching-Raum in Bremen Peterswerder und biete zusätzlich Online-Coaching an.

? auf die Merkliste

Adresse:

Georg-Bitter-Straße 19
28205 Bremen

 [Google Maps](#)

Ansprechperson:

Tineke Sondag

Telefon:

0176 923 679 38

E-Mail-Adresse:

tineke.sondag@outlook.de

Internetadresse:

www.tineke-sondag.de