



# Mein Konzept für Beratung und Coaching

Als Erklärungsmodell habe ich das Bild eines Hauses gewählt.  
Ich lade Sie zu einem Rundgang ein.

# Das Fundament

- Umfangreiches Fachwissen über die Pflege von Gesundheit und Entstehung von Krankheiten
  - Langjährige Erfahrung in der persönlichen Beratung von Einzelpersonen und Familien
    - Eine ganze Schatzkiste voll eigener Lebenserfahrungen

# Die Träger

- Verschwiegenheit
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit

# Das Innenleben

- Gesundheit und Lebenszufriedenheit beeinflussen sich gegenseitig. Mein Wissen über diese Zusammenhänge gebe ich Ihnen in der Beratung gerne weiter.
  - Jeder Mensch geht seinen eigenen Weg. Sie haben Ihr Leben bis zu meiner Tür selbst gemeistert und werden diesen auch weiterhin selbständig gehen. Ich begleite Sie dabei gerne in Ihrem Prozess.
- Weil ich Menschen in ihrer einzigartigen Lebensgeschichte anerkenne, begegne ich Ihnen mit Einfühlungsvermögen, Respekt und Wertschätzung.

# Das Dach

- Leben ist Bewegung und Veränderung. „Nichts ist so gewiss wie dass nichts bleibt, wie es ist“
- Leben ist Lernen und Entwicklung. Lernen ist immer möglich und notwendig. Aus Lernen folgt Entwicklung und Reife.
- Bewegung beginnt im Kopf. Wenn wir selbst beweglich bleiben und uns auf Neues, Unbekanntes einstellen können, empfinden wir dies nicht als Bedrohung.
- Glück, Liebe, Anerkennung, Identitätsgefühl, Sinn und Selbstverwirklichung sind Werte, für die wir unsere Fähigkeiten einsetzen . In bestimmten Lebensphasen führt uns ihr Fehlen zu Veränderungen, um uns diese Schätze zurück zu erobern.  
Wir bilden uns neue Meinungen, gewinnen neue Überzeugungen, erproben neue Strategien, gewinnen neue Erfahrungen und entwickeln uns damit weiter.
- Wir tragen die Verantwortung für uns und unser Handeln. Als Individuen leben wir in einem System mit anderen Menschen, Organisationen und mit der Natur. Alles was wir denken und tun hat Auswirkungen auf uns selbst und andere.

# Die Fenster

- Offenheit gegenüber Ihrem ganz persönlichen Anliegen
- Blick aus einer geeigneten Distanz und unterschiedlicher Perspektiven auf Ihre Situation
  - Optionen öffnende Möglichkeit, die Dinge in einen neuen Rahmen zu setzen

# Die Tür

## Meine Tür ist für Sie offen

- Hereinspaziert: Ich freue mich auf ein erstes Gespräch mit Ihnen!
  - Sie können Termine nach eigenem Tempo mit mir vereinbaren
- Herausspaziert: wenn Sie Bewegung mögen zum Coaching-Spaziergang!

# Die Nachbarn

## Vermittlung zu anderen Beratungsformen

Wenn Sie

- weitergehende Beratung zu gesundheitsbezogenen Themen wünschen
- das Bedürfnis nach weitergehender psychologischer oder psychotherapeutischer Beratung haben
  - von anderen Beratungsstilen profitieren

vermittle ich Ihnen gerne entsprechende Kontakte oder Adressen.



# Ich freue mich auf Ihren Besuch

Zimmermann Persönliche Beratung und Coaching  
Marion Zimmermann  
Bahnhofstraße 27  
26919 Brake Unterweser

[www.zimmermann-brake.de](http://www.zimmermann-brake.de)  
[beratung@zimmermann-brake.de](mailto:beratung@zimmermann-brake.de)  
Telefon: 0 44 01 – 854 171  
Mobil: 0152 – 039 649 63

