

Zielfindung

24.09.2014, 18:46 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Katharina Krstev Coaching*



Katharina Krstev - Expertin für Veränderungs-Coaching

Ein kompetentes Coaching geht mit unterschiedlichen Methoden einmal auf das persönliche ein und zu Andern auf den Arbeitsalltag und erleichtert die Zielfindung

In der heutigen schnelllebigen Zeit hat man des Öfteren den Eindruck, dass die Zeit an einem nur so vorbeirauscht. Dies ist im Privatleben wie auch im Arbeitsleben oftmals der Fall. Da sich alles sehr hektisch anfühlt, ist es auch kein Wunder, dass sich die negativen Gedanken und Stimmungen überhand nehmen. Dies wirkt sich logischer Weise auch auf die Abarbeitung der anfallenden Aufgaben aus. So wird es auch im Laufe der Zeit immer schwieriger die angestrebten Ziele zu konkretisieren.

Um wieder aus diesem immer größer werdenden Chaos heraus zu kommen, bietet sich eine einfache Methode an, das Coaching. Hier verstehen wir unter Coaching eine Veränderung der Denkweise und dadurch auch eine Veränderung des Alltags. Diese Veränderungen bewirken auch, dass man nun den Alltag mit anderen Augen sieht und damit schon einen ersten Schritt in einem organisierten Alltag getan hat.

Hilfe und kompetentes Coaching findet man im Internet unter [katharinakrstev-coaching.de]. Hier werden diverse Kurse angeboten, die sich mit den alltäglichen Aufgaben im Privatleben wie auch im Alltagsleben beschäftigen. Je strukturierter der Alltag wird, umso einfacher ist auch die Zielfindung der Aufgaben. Man wird auch feststellen, dass sich auch die eigene Stimmung ändert. In vielen Fällen wird man bemerken, dass es kaum noch Stimmungsschwankungen gibt. Hinzu kommt ebenfalls, dass sich Gefühle ändern. So kann zum Beispiel aus anfänglicher Angst Tatkraft entstehen. Bange Erwartung, zum Beispiel eine Postsendung oder eine Besprechung kann sich in Vorfreude ändern. Allein diese Umwandlung von Gefühlen führen dazu, dass sich die allgemeine Stimmung sich ins positive ändert.

Hieraus kann man sehen, dass sich ein Coaching lohnt, wenn man mit einer ganz anderen Einstellung daran geht, um den Alltag zu meistern. Die angebotenen Kurse gehen auch ganz gezielt auf die persönlichen Probleme ein. Dies ist auch nicht verwunderlich, denn der Arbeitsalltag ist mit dem persönlichen Alltag kaum zu vergleichen.

Portrait

Über Katharina Krstev Coaching

Katharina Krstev begleitet und unterstützt Menschen bei ihrem Wunsch nach Veränderung und Weiterentwicklung und unterstützt sie darin, ihr Denken, Fühlen und Handeln in Einklang zu bringen.

In ihrer Praxis in Wiesbaden bietet sie in Einzel-Coachings, Seminaren, Workshops sowie Familienaufstellungen Freiraum für persönliches und berufliches Wachstum.

Als Frau ist Katharina Krstev Spezialistin für Veränderungs-Coaching von Frau zu Frau. Sie ist zertifizierte NLP Master und Systemischer Coach, Personal Fitness Trainerin, Dipl. Betriebswirtin (FH), Medizinische Fachangestellte.

Ihr Ansatz: Ganzheitlichkeit ist die Formel für ein richtig gutes Leben.

Ihr Motto: Leben ist Veränderung.

News-ID: 817607 • Views: 1228 (Stand: 18.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/817607/Zielfindung.html>