



Umgang mit Unsicherheit Was bedeutet das?

Unsicherheit kann ganz verschiedene Ursachen haben, oft beginnt sie sich bereits in der Jugend zu entwickeln. Aber was ist mit Unsicherheit genau gemeint?



Unter Unsicherheit kann beispielsweise ein unsicheres Auftreten gegenüber anderen gemeint sein. Viele Menschen geraten in Panik, wenn Sie vor anderen Menschen sprechen müssen oder diesen nur begegnen. Mein Ziel ist es, durch das Coaching Ihre Angst zu besiegen, sodass Sie den Umgang mit Ihrer Unsicherheit erlernen.

Zu Unsicherheiten können aber auch andere Situationen gehören wie die Angst vor dem Tod, vor dem Beruf oder private Situationen mit der Familie oder dem eigenen Partner. Geht die betroffene Person nicht gegen seine eigenen Unsicherheiten an, dann kann das zu Schwierigkeiten im Leben, bis hin zur Isolation führen. Aus diesem Grund biete ich entsprechenden Coachings an, um diesen Menschen ein Leben ohne Ängste und Panik zu ermöglichen. Gemeinsam finden wir Ihre innere Sicherheit, die Sie zu einem entspannteren Leben führt.