

## Coachlogie-Angebot für Privatpersonen

Mit der Coachlogie biete ich seit 2005 einen besonderen Weg zur vertieften Persönlichkeitsbildung, sei es in Form von Einzelberatungen, allgemeinem Coaching oder Seminare, Workshops.

Mein Fachgebiet ist die Verständnisbildung von «Persönliches, Zwischenmenschliches, Situationen.» Dabei vernetze ich Offensichtliches mit Unbewusstem und erarbeite mit Ihnen handliche wie umsetzbare Lösungswege.

Haben Sie ein spezielles Anliegen oder Fragen? Bitte kontaktieren Sie mich unverbindlich.

Silvia Zimmermann

KMU- und Individual-Coach, Erwachsenenbildnerin



## Persönliche Beratung, Individual-Coaching und Prozessbegleitung

- > Weiterentwicklung von Persönlichkeit und Situationen
- > Lösung von akuten und sich wiederholenden bzw. stagnierenden Situationen
- > Auflösung selbstzerstörerischer Prozesse und traumatische Erfahrungen

### Erwachsene, Paare, Familien

- Antworten zu allgemeine Lebensfragen, Aufzeichnung von Lösungswegen, Perspektiven
- Bewältigung herausfordernder Loslösungsprozesse
- Persönliche Bestärkung und Vertrauensbildung dank der Verständnisbildung von Situationen

### Jugendliche und Kinder

- Entwicklungs- und Schulschwierigkeiten lösen, Einbrüche bzw. Ausbrüche vermeiden
- Schwierigkeiten in der Lehre und mit sich selbst

## Telefonsitzungen

Es gibt Momente, da möchte man «jetzt», Antworten oder Erklärungen erhalten, mögliche Lösungswege besprechen. Rufen Sie mich an. Ich bin da für Sie.

«Das Menschliche ist weder messbar noch vermeidbar, doch zwischenmenschlich lernbar»

Silvia Zimmermann, Geschäftsführerin Coachlogie

## «Auftank-Abende» – Sinnieren, Austauschen, Neues erfahren

In einer gemütlichen Runde greife ich bestimmte Themen auf. Sie tanken auf, laden ab oder lassen sich inspirieren von anderen Gedanken. – Je nach Befinden.

- > Jeweils einmal monatlich an einem Montag- oder Mittwochabend von 19.30-20.45 Uhr
- > Daten, Themen, Anmeldefrist: [www.coachlogie.ch/home](http://www.coachlogie.ch/home) «in Kürze» oder auf Anfrage

## Persönlichkeits-Schulung

Ziele der Persönlichkeits-Schulung sind Ihre persönliche Weiterentfaltung und einen differenzierten, zwischenmenschlichen Blickwinkel für mehr Gelassenheit im privaten und beruflichen Umfeld.

- > Die Schulung ist nicht auf der Website aufgeführt. Fordern Sie bitte detaillierte Informationen an.

## Seminare als Weiterbildung

### **Persönlichkeits-Seminar «Auftritt und Präsenz stärken»**

Wir wirken immer und alles wirkt in sich. Verhaltensweise, Auftritt und somit unsere Ausstrahlung, sind der Spiegel unserer Grundhaltung. Diese innere Haltung wiederum, beeinflusst unsere Zufriedenheit und unseren Erfolg auf privater, beruflicher und geschäftlicher Ebene. Trainieren Sie innere Präsenz für einen bewussten Auftritt. > Daten: 26. Januar 2018 // 14. August 2018

### **Work-Life-Seminar «Stress reduzieren, innere Ausgeglichenheit pflegen»**

Negativer Stress, Konflikte, Unter- und Überforderung über längere Zeit, sind Nährboden für körperliche Beschwerden, lösen Aggressionen aus oder führen zu Depressionen. Beugen Sie Ihrer Gesundheit zuliebe vor und vermeiden Sie ein Burnout. Bleiben Sie fit und motiviert für einen gesunden Berufs- und Privatalltag. > Daten: 9. März 2018 // 19. September 2018

### **«Ich bin Chef und ich bin Mensch»**

Ein Seminar unter Führungskräften mit dem Ziel: Austausch. Abgrenzung. Fokussierung. Selbsterhalt. Schliesslich als Führungskraft «Mensch sein», zugleich die Qualität einer echten Führungspersönlichkeit wahren. > Daten: 20. Juni 2018 // 24. Oktober 2018

### **«Ich bewege Menschen – auch Sie»**

Dank meiner langjährigen Erfahrung als Coach, Beraterin und Erwachsenenbildnerin, arbeite ich praxisorientiert und lebensnah.  
Mit einer persönlichen Dynamik, die Sie als Klienten mit Ihrem Anliegen vorwärtsbringt.  
Silvia Zimmermann

## Referate

**Kraft entsteht dort, wo wir loslassen** – Ein erheiterndes Referat zu Mut und Selbstvertrauen  
> Mittwoch, 3. Oktober 2018

**Was wir von Bäumen lernen können** – Übertragen Sie überraschende Erkenntnisse auf Sie selbst  
> Mittwoch, 16. Mai 2018 // Montag, 22. Oktober 2018

**Wieso ticke ich so? ...und nicht anders?** – Entwicklungsphasen bis zum 21. Lebensjahr, die weder durchlebt noch erfahren wurden, zeigen sich wieder in bestimmten Lebensphasen als Erwachsene.  
> Montag, 2. Juli 2018 // Mittwoch, 28. November 2018

Anmeldung: Erwünscht. Kurzenschlossene, bitte anrufen.

Ort/Zeit: Arnegg-Gossau, 19.30 bis ca. 20.45 Uhr

## Rufen Sie an

Sind Sie an bestimmten Referats- oder Seminar-Themen interessiert? Haben Sie Fragen? Möchten Sie einen Anlass in einer geschlossenen Runde organisieren? Ab 4 Personen bin ich dabei.

Ich freue mich auf Sie.

Silvia Zimmermann  
Geschäftsführerin