



März 2016

# DIENSTLEISTUNGEN & PORTRAIT IM ÜBERBLICK

## Arbeitsweise

Im Vergleich zum „traditionellen“ Coaching und den „üblichen“ Workshop Techniken liegt mein Fokus auf den unbewussten Themen, die Menschen hinter dem offensichtlich bekannten Problem beschäftigen. Vielfach unterliegen zum Beispiel dem nicht Erreichen von Zielsetzungen oder – bei Problemen mit Sozialkompetenzen – unbewusste innere Blockaden oder störende Glaubenssätze.

Durch reine Betrachtung auf der bewussten Ebene können diese belastenden Zustände schwerlich oder gar nicht vollumfänglich aufgelöst werden. In den Coachings und Workshops verwende ich größtenteils Kinesio-logische und Systemische Techniken (teilweise NLP). Wir arbeiten damit auf der unbewussten Ebene viel direkter, zielgerichteter und effizienter. Dadurch können Probleme in kürzerer Zeit nachhaltig aufgelöst und Ziele wertbeständiger erreicht werden.

## Herausforderungen und Chancen für Ihr Unternehmen

Erhalt und Förderung des Wohlbefindens, Motivation und Stressresistenz der Mitarbeiter und vor allem der Führungspersonen sind im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) von sehr hoher Bedeutung.

Zunehmender Stress, erhöhte Belastungen und psychosomatische Erkrankungen führen zu mehr Fehltagen und reduzieren die Effizienz in Ihrem Unternehmen. Dies beeinflusst wiederum negativ Ihren Geschäftserfolg. Unternehmen erwarten von Ihren Mitarbeitern eine flexible Handlungsfähigkeit trotz zunehmend erschwerter Umstände – wie zum Beispiel:

- Stetig zunehmende Komplexität der Aufgabenstellungen
- Laufende Veränderungen durch Um- und Neustrukturierungen der Unternehmensorganisation
- Steigender Zeitdruck und erhöhte Leistungsanforderungen

Diese zunehmenden Belastungen lösen bei vielen Menschen das Gefühl aus, nur noch reagieren statt agieren zu können, fremdgesteuert zu sein statt selbst zu steuern und zu entscheiden.

Sie haben die Möglichkeit, das aktiv zu ändern, Ihren Mitarbeitern durch unterschiedliche Dienstleistungen von **PRIMECOACHING** wieder mehr Kraft und „Selbst-bewusst-sein“ im Berufsleben und Alltag zu geben. Damit können Sie vorhandene Potentiale optimaler nutzen, neue Möglichkeiten entdecken und mit Stressfaktoren (betrieblich oder privat) besser umgehen.

Dies bringt nicht nur Ihren Mitarbeitern selbst grosse Vorteile. Auch die Leistungsfähigkeit und Zusammenarbeit mit anderen Kollegen und Kunden und damit auch Ihrem Unternehmen wird nachhaltig positiver.

# Dienstleistungen für Sie und Ihr Unternehmen

## Impuls Vorträge

Publikum Impulsvorträge (60 Min)

- Entspannung und Fokussierung
- Resilienz Step-by-Step
- Mentaler Rucksack

Einbindung in Ihre Tagesseminare, Betriebsausflüge, Schulungen, Führungsseminare oder als Key Note Vortrag

## Individual Coaching

Persönliches Einzelcoaching (90 Min)

- Potentiale und Fähigkeiten besser ausschöpfen
- Sozialkompetenz erhöhen
- Führungsfähigkeit steigern
- Blockaden, Glaubenssätze erkennen und auflösen
- Konfliktmuster ablösen
- Abwesenheiten durch Ausfälle reduzieren
- Persönliche Gesundheit erhöhen
- Resilienz-Fähigkeit stärken

## Gruppen Workshops

Gruppen Workshops (180 - 240 Min)

- Mein Ziel - Meine Ressourcen
- Konflikte - Möglichkeiten und Chancen
- Resilienz - Kraft des Selbst

Einbindung in Ihre Tagesseminare, Schulungen, Führungsseminare bis zu 8 Personen

## Vorteile für Ihr Unternehmen

⇒ Leistungssteigerung der Mitarbeiter

Ihre Mitarbeiter sind befreit von persönlichen Blockaden. Sie finden eine innere positive Übereinstimmung mit den persönlichen und betrieblichen Zielen sowie Visionen.

⇒ Vermeidung negativer Einflüsse auf andere Mitarbeiter

Ihre Mitarbeiter sind im besseren Einklang mit sich selbst, besitzen innere Zufriedenheit und empfinden Kongruenz zum System der Arbeit und des Privatlebens.

⇒ Vermeidung negativer Einflüsse auf Ihr Unternehmen

Zufriedene und resiliente Mitarbeiter erkranken weniger an Depressionen und Burnout und verursachen so weniger bis keine Mehrkosten durch Arbeitsausfälle, Vertretungsaufwand

## Portrait - David Arni von PRIMECOACHING

Nach knapp 30 Jahren Tätigkeit in der Wirtschaft, haben mich viele persönliche Erfahrungen und Transformationen dazu bewogen, den Schritt ins Personal Coaching zu gehen.

Vor allem die Ausbildung zum Kinesiologen und Systemische Ausbildungen gaben mir das richtige Gefühl zum "Jetzt stimmt es, den Schritt zu gehen".

Aus dem großen Fundus persönlicher Erfahrungen und dem stimmigen Gefühl "das Richtige zu tun" spüre ich, wie schön es ist, Menschen auf einem Teil ihres Weges zu begleiten. Ihnen zu helfen belastende Dinge aufzulösen, in sich selbst neue Stärken zu gewinnen, vorhandene Potentiale zu reaktivieren und damit aus dem Jetzt in eine positivere Zukunft zu gehen.

## Fachliche Ausbildungen

- Business Coach ECA – European Coaching Association
- NLP Practitioner/Master (INLPTA)
- Systemischer Coach (SIB II Level)
- Begleitender Kinesiologe (zertifiziert nach DGAK Level 1)
- Yoga Lehrer (US 200h Yoga Alliance, Anusara Immersion I-III)
- QiGong Lehrerausbildung

