



## **Work-Life-Balance**

Unser Leistungsvermögen hängt größtenteils von der Kunst ab, wie wir scheinbar verschiedene Lebensziele und -wünsche im Laufe der Jahre „unter einen Hut“ bzw. in ein erfülltes Leben integriert bekommen.

Leben wir nur für die Karriere, macht uns plötzlich die Einsamkeit zu schaffen und bremst die Schaffenskraft. Leben wir nur für die Kinder, fehlen beruflicher Erfolg und Anerkennung, was zu Missmut statt Frohsinn führt und die Familienatmosphäre belastet. Geht es uns nur um Sicherheit, betauern wir später die verpassten – weil risikoreichen – Highlights, die wir auf dem Lebensweg versäumt haben.

Mit wingwave-Coaching integrieren Sie die verschiedenen Anteile Ihrer Persönlichkeit zu einem „inneren Team“. Ihre unterschiedlichen Lebenswünsche widersprechen sich nicht länger im inneren „Hin- und Hergerissen-Sein“. Sie werden durch gezieltes Emotions-Coaching zu lebenswerter Vielfalt und führen Sie zu „vereinten Kräften“: werden Sie mit sich selbst ein Team, um langfristig leistungsfähig zu bleiben.