

ZU MEINER PERSON

ANTJE GEISEL

Jhg. 1965, verheiratet, eine Tochter
Diplom Kommunikations-Designerin, selbstständig
Coach (Hochschulzertifikat TH Simon-Ohm, Nürnberg)

Erfahrung mit Krisen und Essstörungen habe ich während meiner 25jährigen Tätigkeit in der Selbsthilfe – beim Aufbau und der Begleitung von Einzelnen und Gruppen – gesammelt. Hier habe ich immer wieder Menschen erleben dürfen, die ihre Krise/ihre belastende Situation, bzw. ihre Essstörung bewältigt und zum Guten gewandelt haben. Letztendlich ist ihnen allen durch die Auseinandersetzung mit der Situation eine Stärke erwachsen.

Das Prinzip der Hilfe zur Selbsthilfe habe ich in all den Jahren verinnerlicht und möchte dieses professionell an Menschen weiter geben, die Bewegung für ihr Leben wollen und hierfür maßgeschneiderte Unterstützung möchten.

Mit meiner Erfahrung und dem Wissen um die Ressourcen und die Kräfte, die jedem von uns innewohnen und mit denen Veränderung möglich ist, kann ich Betroffene und Angehörige ermutigen, beraten und begleiten.

*Dem Gehenden
schiebt sich der Weg
unter die Füße.*

Martin Walser

Antje Geisel
Klinikstrasse 12
97070 Würzburg
Telefon (0931) 3537466
info@coaching-wuerzburg.net
www.coaching-wuerzburg.net

© Antje Geisel



COACHING
antje geisel

**Coaching und Beratung
für Betroffene und Angehörige
bei Krisen und Essstörungen**

KLARHEIT

COACHING

Ziel des Coachings ist es, für eine belastende Ausgangssituation, die scheinbar festgefahren und ohne Aussicht auf Perspektive ist, neue Sicht-, Denk- und Handlungsweisen zu entwickeln.

Es geht darum, die Lösungskompetenzen und die Kraft, die jedem von uns innewohnen, zu entdecken und diese selbstbestimmt und konstruktiv, mit Blick auf das gewünschte Ziel, einzusetzen und damit Bewegung und Veränderung herbei zu führen.

Coaching ist keine fachärztliche oder therapeutische Behandlung, sondern eine lösungsorientierte Kurzzeitberatung.

ANGEBOT

MUT-MACH-COACHING BEI KRISEN UND ESSSTÖRUNGEN

- **Menschen in Krisen** begleite ich individuell mit dem Ziel, ihr Leben wieder selbstständig und erfolgreich lenken zu können und dem Lebensweg eine neue, positive Richtung zu geben.
- **Menschen mit Essstörungen** begleite ich individuell, um die Wartezeit bis zum Klinikaufenthalt zu überbrücken, nach einem Klinikaufenthalt, therapiebegleitend oder beim Stabilisierungsprozess.
- **Eltern und Angehörige**, die mit einer an einer Essstörung erkrankten Person zusammen leben, begleite ich mit dem Ziel, dass Bewegung in das Zusammenleben mit der erkrankten Person kommt und das Miteinander dadurch möglich bzw. leichter wird.

SPRECHSTUNDEN BEI ESSSTÖRUNGEN

- In den Sprechstunden kann ich **Betroffene, Eltern und Angehörige** ermutigen, dass Genesung möglich ist. Außerdem beantworte ich Ihnen Fragen bzgl. der Situation Ihres erkrankten Kindes bzw. Ihres erkrankten Partners.
- **Fachpersonal, das mit Betroffenen und Angehörigen arbeitet**, begleite ich bei der Reflektion ihrer Klientenbeziehungen mit dem Ziel, Fragen, die im Umgang mit Patienten/innen und deren Erkrankung auftauchen, zu klären.

ABLAUF

KONTAKT

Um einen Termin für ein Erstgespräch zu vereinbaren, können Sie mich anrufen oder mir eine E-mail schreiben.

- Telefon: (0931) 3537466
- E-mail: info@coaching-wuerzburg.net

DAS ERSTGESPRÄCH

- Im Erstgespräch klären wir, was Sie verändern möchten, was Sie Ihrerseits bereit sind, dafür zu tun und wie ich Sie dabei unterstützen kann. Zudem beantworte ich Ihre offenen Fragen zum Ablauf, zur Vorgehensweise und zu den Kosten.

DIE COACHINGGESPRÄCHE ODER: DER WEG VOM PROBLEM ZUR LÖSUNG

- Beim Coaching finden wir gemeinsam heraus, wie Sie Ihr Ziel erreichen und die neuen Ideen konkret umsetzen können. Wenn Sie möchten, stehe ich Ihnen auch während der Umsetzung zur Seite.

In der Regel sind es 3 - 6 Coachingtermine, die 1,5 - 2 Std. dauern und ein Abschlussgespräch.

Ich richte mich nach Ihrem Tempo, Ihren Wünschen und Bedürfnissen und begleite Sie – so weit Sie möchten – auf dem Weg zu Ihrem Ziel.

Sie können – zu jedem Zeitpunkt – über die Häufigkeit und Dauer der Beratung entscheiden.