

Über mich



Hallo, ich bin Sandra,
IHK-zertifizierte Personal- & Business-Coachin.

Ich kenne das Gefühl, zu funktionieren
und sich innerlich klein zu fühlen.
Durch achtsame Selbstreflexion und tiefe
Persönlichkeitsarbeit habe ich zurück zu mir gefunden
– zu Klarheit, Gelassenheit und Selbstbestimmung.

Heute begleite ich Menschen dabei,

- blockierende Glaubenssätze zu erkennen
- innere Stärke aufzubauen
- ihren eigenen Weg zu gehen

Was du im Außen suchst, findest du im Inneren.

LASS UNS KENNENLERNEN
Du musst diesen Weg nicht allein gehen.



Mobil: 0151/70242080    

Öhringen/Lampoldshausen

hallo@deincoachingmitherz.de

www.deincoachingmitherz.de

Zurück zu dir.

KLARHEIT FINDEN.
BLOCKADEN LÖSEN.
POTENZIAL ENTFALTEN.



WERTE • ENTWICKLUNG • RESILIENZ • SELBSTVERTRAUEN
ZIELE • ENERGIE • VERÄNDERUNG • KLARHEIT

Was ist Coaching?

Coaching ist ein zielgerichteter Begleitprozess, der dich dabei unterstützt, deine eigenen Lösungen zu finden – beruflich wie privat.

Coaching hilft dir,

WENN DU ...

- vor wichtigen Entscheidungen stehst
- Ängste, Blockaden oder Selbstzweifel lösen möchtest
- dich festgefahren fühlst
- mehr Klarheit und Selbstvertrauen suchst

HILFE ZUR SELBSTHILFE – nachhaltig und auf Augenhöhe.



Meine Leistungen

INDIVIDUELL. PERSÖNLICH.
LÖSUNGSORIENTIERT.

Ich begleite dich 1:1 auf deinem Weg zu nachhaltiger Veränderung.

Das erwartet dich

- Persönliches Coaching
- Stärkung von Selbstverantwortung & Klarheit
- Entwicklung realistischer Ziele
- vielfältige Methoden
- Systemische Aufstellungen
- Reframing
- Trancearbeit
- Wissenschaftlich fundierte Ansätze

KOSTEN & UMFANG

klären wir im kostenlosen Kennenlerngespräch.