Wieder gerne arbeiten?!

In meiner hausärztlichen Arbeit sehe ich täglich die Auswirkungen von schwierigen beruflichen Situationen auf die Lebensqualität und die Gesundheit meiner Patienten. Mein Mann steckte längere Zeit selbst in einer beruflichen Krise. Durch unsere Coachingausbildung verfügen wir über das Handwerkszeug, um genau hier zu unterstützen.

Dr. med. Sandra Quantz (Leitung), Fachärztin für Allgemeinmedizin und Aufstellungsleiterin & **Johann-Christoph Quantz**, Kaufmann und Musikwissenschaftler, begleiten Sie als eingespieltes Team.

Im geschützten Rahmen einer Gruppe können Sie sowohl ihre ganz persönlichen Probleme einbringen, als auch von den Themen anderer in ähnlichen Situationen profitieren.

Wir freuen uns auf Sie!

Abendgruppe für Menschen in beruflichen Krisen

Alte Muster? Neue Wege!

- Es geht um den ganz normalen beruflichen Alltag, unabhängig von Branche oder Position. Sie finden neue Lösungen bei Überlastung, Konflikten mit Kollegen und Chefs, ausgebrannt sein und Mobbing.
- Sie untersuchen ihre alten Muster und Glaubenssätze, die heute im Beruf mehr hindern als helfen, und wir unterstützen sie dabei, diese zu verändern.
- Wir schauen mit systemischem Blick und mit der festen Überzeugung, wenn ich mich selbst bewege, bewegt sich zwangsläufig auch mein System. Wir lieben Perspektivwechsel!
- Wir arbeiten ressourcenstärkend, d.h. wir helfen ihnen, Fähigkeiten zu entwickeln, um in schwierigen Situationen handeln zu können, Kompetenzen wieder zu entdecken und auszuweiten.
- Aus der Opferrolle in die Selbstwirksamkeit kommen- Entlastung, Selbsterforschung, Annehmen & Loslassen, Veränderung von Gewohnheiten - dies und mehr können Sie erwarten.
- Wir betonen die Selbstverantwortung des Klienten, unsere Methoden sind erfahrungs- und körperorientiert. Wir unterstützen mit liebevollem Respekt das Erreichen ihrer Ziele auf ihre eigene Art und Weise.

Termine & Kosten

Gruppentreffen finden 14-tägig Mittwochs von 19.00- 22.00 Uhr in Hamburg-Eppendorf statt.

Die Kosten betragen 25 Euro pro Abend.

Kontakt

Schreiben Sie uns eine Email an praxis@dr-quantz.de für eine erste Kontaktaufnahme.

Wir können uns dann gerne zum telefonieren verabreden.

Weitere Informationen unter

www.dr-quantz.de

Entwicklung ist Bestandteil jedes Lebens und geschieht unaufhaltsam. Es gibt Zeiten und anstehende Schritte, in denen es hilfreich sein kann, sich dabei unterstützen zu lassen.