

Themen-Beispiele für ein Kurzzeit-Coaching/-Beratung oder Was ist das Problem (Brett):

Die **Wie-geht-das-nur-Krankheit** hält dich ab - neuer Kunde, interessantes Projekt - genial. Und jetzt sitzt du da mit dem weißem Blatt und das Konzept/Angebot will nicht von der Hand gehen. Der Weg scheint von **"Aber's"** gepflastert.

In der **Wenn-Dann-Falle feststecken** - wenn man sich mit anderen vergleicht und unterstellt etwas unbedingt noch haben zu müssen, um weiter gehen zu können oder es genau so machen zu müssen wie die anderen.

Druck/Unbehagen im Hinblick auf **bevorstehende Gespräche/Verhandlungen** mit einem Geschäftspartner/Kunden/Mitarbeiter.

To-Do-Liste von der Erde bis zum Mond und **du kommst nicht weiter**.

Widerstand vor **wiederkehrenden Aufgaben**, z. B. wenn man keine Rechnungen schreibt, weil sich die Hürde baut, das ist so kompliziert.

In Details feststecken mitten in der **Realisierung** eines Projekts und der Termin naht.

Eine **unklare Situation** in **einer langjährigen Kunden-Beziehung**, beispielsweise durch Umstrukturierung. Du hast das Gefühl das Gerüst wankt, fühlst dich **unsicher** und **zauderst** dennoch damit aktiv etwas zu verändern.

Eine **"Sandwich-Position"** hält dich gefühlt auf der Stelle fest. Du hast das Gefühl **Druck** von unterschiedlichen Seiten **zu bekommen** und deine Energie reicht nur noch zum Funktionieren. **Keinen Ausweg** die Situation zu klären.

Du **hast die Wahl** zwischen zwei Möglichkeiten und kannst dich **nicht entscheiden**, das eine ist sehr verlockend, erscheint passend, bei dem anderen fühlst du dich verpflichtet.

Spannungen/Stress mit **Mitmenschen** – der „Erbsenzähler“ der das Budget für dein Projekt blockiert, **Beteiligte die einfach nicht verstehen worum es geht**.

Oder die „**Überfälle**“ deiner Lieben **zu Hause**, die dir einfach keine **Luft lassen** – da bleibst du lieber gleich im Büro – und **kommst** dort auch **nicht weiter**.