

Zertifizierungen

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin
Dipl. Mentaltrainerin
Supervision – ÖVS
NLP – Practitioner
Zielmanagement
System. Gesprächsführung
Disc-Coaching iA

Referenzen

- ibis acam
- WAFF
- AMS
- Leonardo da Vinci
EU-Projektleitung
- Equal – Projekt
- Langjährige
Wirtschaftserfahrung in
leitender Position und im
eigenen Unternehmen,
sowie in soz. Bereichen:
Sachwalterschaft,
Bewährungshilfe)
- sozial-pädagogische
Beraterin
in der überbetrieblichen
Lehrlingsausbildung
- EU-Jugendprojekt: „YAM“
Methodenevaluierung

Meine Mission

Ich sehe meine Aufgabe darin,
Menschen bei der Erreichung ihrer Ziele
wirkungsvoll zu unterstützen, ihre
Lebensqualität zu erhöhen und den Sinn
des eigenen Lebens zu erkennen.



Renate Maria VYSOKY
Dipl. Mentaltrainerin

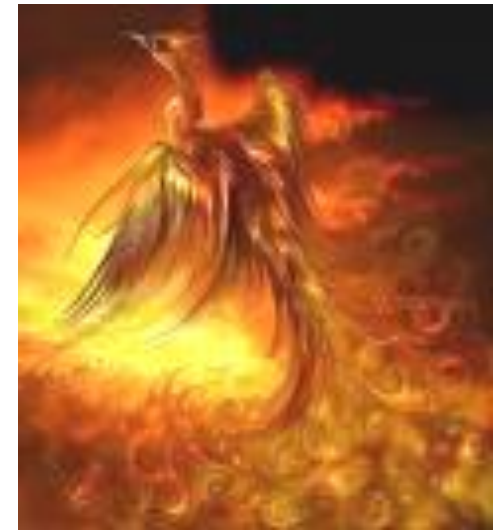
Setting nach Vereinbarung

Mobil + 43 699 1 925 26 85
www.erfolgscoaching.org
mailto:office@erfolgscoaching.org

ERFOLGSCOACHING

Erfolg ist eine Reise und kein Ziel

Lebenslust statt Lebensfrust



improve the colour in your life

Phönix:
„Der Wiedergeborene“

**Durch das Bewusstsein der
eigenen Kraftquellen können
Wandlungsprozesse
stattfinden!**

IHRE SITUATION

- Sie befinden sich in einer Krise, streben nach Neuorientierung und möchten ihre Lebensqualität verbessern?
- Sie streben nach einer Work-Life-Balance?

SeniorInnen:

- Sie träumen von Lebensqualität und **Glück im Alter?**
- Sie fühlen sich überfordert, erschöpft, leer und ausgebrannt?
Ihre Alltagspflichten belasten Sie?

Sie befinden sich in einer Abschieds- bzw. Trennungssituation?

- Sie sehnen sich nach einer Schmerzbewältigung mit dem Ziel, dass sich ihr Leid in eine freudvolle Erinnerung verwandeln möge, für das - was war?

DER WEG

Lebensberatung

- Entscheidungsfindung und Aufbruch zur Reise zu sich selbst

Supervision & Coaching

- ein harmonisches Gleichgewicht von Berufs- und Privatleben schaffen

Mentaltraining

- Glücklichessein kann man lernen
- Glückliche Menschen sind gesünder und erfreuen sich an einer positiven Lebensqualität

Psychohygiene als Präfilaxe gegen Burn out

- Selbstfürsorge entwickeln,
- Lebensqualität regenerieren
- und eigenen Bedürfnisse leben

Gefühlsmanagement

- Reden hilft!
- Sich Raum und Zeit geben zum Trauern und die Tränen loszu lassen

ZUSÄTZLICH BIETE ICH „GLÜCK IM ALLTAG“

Jahreszirkel

- im 2-Wochen-Rhythmus in Seniorenresidenzen

Was ist Glück im Alltag?

- Häufige, positive Erlebnisse mit tiefen Emotionen und Glücksgefühlen

Ist Glück ein Dauergast?

- Glück flüchtig wie der Duft einer Rose

Glücklichsein ist ein „do-it-yourself-Spiel“ (Selbstmanagement)

- Wir müssen uns immer wieder neu erobern
- Mentaltraining und Gedankendisziplin sind die Wege zur Zielerreichung

*„Glück hängt nicht davon ab, wer du bist oder was du hast – es hängt davon ab – **was du denkst!**“*

Dale Carnegie