



Wenn Sie die Fragen auf der Vorderseite mit einem JA beantwortet haben, dann ist es Zeit für eine Veränderung!

Was versteht man unter einem Burnout?

Burnout ist ein Zustand von schwerer emotionaler Erschöpfung, die unsere Leistungsfähigkeit beeinträchtigt. Es handelt sich um eine körperliche, emotionale und geistige Erschöpfung aufgrund beruflicher oder anderer Überlastungen. Diese wird meist durch Stress ausgelöst, der wegen der verminderten Belastbarkeit nicht bewältigt werden kann. Dabei kommt der Mensch in ein Ungleichgewicht und der Körper reagiert mit einem Gefühl von chronischer Erschöpfung, Müdigkeit oder Überforderung.

Wie kann Mental-Life-Coaching Sie unterstützen?

Als Dipl. Mental-Coach kann ich mit Ihnen zusammen die Ursachen der Erschöpfung oder des Lebensenergiemangels finden, und Sie als Klient durch einen optimalen Veränderungsprozess begleiten. Die verschiedenen Lebensbereiche werden angeschaut, damit Sie Ihren persönlichen neuen Weg gehen können. In meiner Arbeit integriere ich das energetische Coaching, mit denen ich im Energiekörper des Klienten die Bereiche behandle, die blockiert sind oder die Lebensenergie nicht mehr fliesst. Dabei geht es um die Reinigung von Chakras und den Energiefluss der Meridiane. Ich überprüfe die Verbindungen zum Energiekörper, stärke sie und bringe die Energie wieder ins Fliesen, damit der Klient in den Lebensfluss kommt. Die Behandlung runde ich mit kraftvollen Mental-Power-Übungen ab und gebe so dem Klienten Werkzeuge mit, damit er den Prozess auch unterstützen kann. Die Kombination von Mental-Coaching und energetisches Coaching ist eine andere Methode, die vom Burnout herausführt und neue Lebensenergie und Kraft schenkt. Möchten Sie wieder in Ihre Kraft kommen? Sind Sie interessiert diese Methode kennenzulernen? Machen Sie den ersten Schritt und rufen Sie mich einfach unverbindlich an, ich freue mich Sie kennenzulernen!

BURNOUT

Haben Sie noch Lebensenergie?

Fühlen Sie sich ausgebrannt?

Haben Sie noch Freude?

Sind Sie in Ihrer Kraft?



Mental-Life-Coaching
Maria Nunez
Tumigerstrasse 71
CH-8606 Greifensee
www.mental-life-coaching.ch
info@mental-life-coaching.ch
Mobile: 079 103 62 67