



Martina Jänicke

Zertifizierte Coachin
für die wingwave®-Methode
und für systemische Kurzzeit-Konzepte
NLP-Practitioner und NLP-Master (2015)

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Entspannungstrainerin
Seelsorgerin
magistra artium

Treuchtlinger Straße 4
10779 Berlin
U4/U7 Bayerischer Platz
U9 Güntzelstraße

Telefon 030 786 93 07
Mobil 0163 863 31 58
Fax 03212 786 93 07
kontakt@coaching-mutprobe.de
www.coaching-mutprobe.de

Praxis
MUTPROBE
Martina Jänicke



**Mut finden,
neue Wege zu erproben**

Klar entscheiden
Entschlossen handeln
Souverän auftreten
Locker bleiben

Praxis
MUTPROBE
Martina Jänicke



Coaching
für berufliche
und persönliche
Entwicklung

Individuelles Coaching für Ihre berufliche und persönliche Entwicklung



ENERGIE ERHALTEN

Dauerhaft leistungsfähig und gesund bleiben durch

- Ressourcenaktivierung
- Erkennen der inneren Antreiber
- Abgrenzungstechniken
- Verbesserung der Schlafqualität
- Entspannungstechniken
- Anleitung zur Meditation
- Stressmanagement
- Gewichtsreduzierung



SICH ORGANISIEREN

Effektiv arbeiten und klar entscheiden mit

- Motivationstraining
- Selbstmanagement-Techniken
- Zeitmanagement-Tools
- NLP-Strategien



KONFLIKTE MEISTERN

Souverän bleiben in Konflikten durch

- Mentale Selbstbehauptung
- Standortbestimmung nach 'the work' von Byron Katie
- Mut zur Führung



BLOCKADEN LÖSEN

Schnell und nachhaltig Ängste und Blockaden loslassen mit der wingwave®-Methode, z.B. bei

- Auftrittsangst
- Redeangst
- Flugangst
- Zahnbehandlungsangst
- Prüfungsangst
- Heißhungerattacken



LEBEN PLANEN

Erfüllung finden und Energie erhalten durch

- Zieldefinition
- Aufbau der eigenen Wertehierarchie
- Umgang mit den eigenen Emotionen
- Klarheit über Karriereziele



ERFOLGREICH KOMMUNIZIEREN

Mit Kunden, Vorgesetzten und Mitarbeitern ehrlich und klar kommunizieren durch Erlernen von

- Kommunikations-Tools nach NLP
- Mimik und Gestik, Mikroimpressionen
- Macht der Worte / magic words
- Gesprächsführung
- Personen-Typologien

Anmeldung

Bitte rufen Sie mich an unter **030 786 93 07** oder unter **0163 8633158** oder schreiben Sie mir eine Email an **kontakt@coaching-mutprobe.de**, damit wir einen ersten Termin zum Kennenlernen vereinbaren können. Ich freue mich auf Sie!

Kosten

Coaching-Sitzung à 60 Minuten: 85 Euro

Ab der 7. Sitzung: 80 Euro

Für Vorträge, Gruppencoachings und Seminare besuchen Sie bitte meine Firmen-Website **www.mj-business.de**

Alle Preise zzgl. 19% MWSt

Weitere Infos zu meinen Themen und Methoden unter www.coaching-mutprobe.de

