



Zeit für Veränderungen

Coaching mit **Gisela Riedinger** bietet Denkanstöße für Richtungsänderungen

„Veränderung darf Freude machen“, ist die Motivationstrainerin Gisela Riedinger überzeugt. Diesen Grundsatz nutzt sie, wenn sie Menschen auf neuen Lebensabschnitten, bei wichtigen Entscheidungen oder wesentlichen Wünschen begleitet. Manch gewohntes Verhaltensmuster oder geliebte Marotte muss überdacht werden, wenn das eigene Leben, besser, erfolgreicher, effektiver oder gesünder werden soll.

MEHR ZUVERSICHT Aber wie kann man seine Ängste zum Beispiel vor Prüfungen, in Zuversicht wandeln? Wie kann man ein besseres Selbstbewusstsein entwickeln, mehr Lebensfreude gewinnen und ungeliebte Verhaltensweisen, wie Nägelkauen oder Rauchen, abgewöhnen und statt dessen eigene Fähigkeiten entdecken?

Impulse und Denkanstöße für eine Richtungsänderung kann man in einem Coaching erhalten wie sie Gisela Riedinger aus Hilzingen-Weiterdingen anbietet. Die Mutter von drei erwachsenen Söhnen, gelernte Kauffrau, Floristin und Schreinerin hat ihr berufliches Spektrum um die Bereiche lösungs- und zielorientierte Wegbegleiterin erweitert. Sie will bei ihren Klienten die Selbstreflexion fördern sowie bei der selbst gesteuerten Verbesserung der Wahrnehmung, des Erlebens und des Verhaltens behilflich sein.

LEBEN ALS LEHRMEISTER Dazu absolvierte Gisela Riedinger eine Ausbildung zum Coach und Motivationstrainerin mit dem Ziel, das Gelernte bei der Realisierung eines Anliegens oder der Lösung eines Problems an andere Menschen weiterzugeben.

„Immer deutlicher habe ich erkannt, dass das Leben selbst unser bester Lehrmeister ist. Nicht nur in meiner Ausbildung, vielmehr die eigenen Lebenserfahrungen haben mir wertvolle Erkenntnisse vermittelt. Diese gebe ich gerne im Coaching und in meinen Seminaren weiter“, erklärt Gisela Riedinger ihre Motivation.

GEWINN FÜR DEN EINZELNEN Hierbei geht es ihr nicht in erster Linie um die typische Klientel von Coaching-Anbietern, die ohnehin schon sehr leistungsorientiert sind, sondern hauptsächlich um Menschen, die in ihrer Lebensqualität eingeschränkt sind. „Wichtig ist für mich, dass der Einzelne einen Gewinn in seiner Persönlichkeitsentwicklung daraus erzielt“, so Riedinger. Sie ist weder Medizinerin noch Therapeutin: „Ich begleite partnerschaftlich Menschen auf der Suche nach ihren Fähigkeiten und Möglichkeiten, so dass ersehnte Veränderungen stattfinden können.“

UNGEWOHNE WEGE

Mit Kreativität, Humor und Begeisterung arbeitet sie zukunftsorientiert und setzt dazu gern ungewöhnliche Methoden ein. „Die Frage ist: Was kann ich tun, um mich in Zukunft besser zu fühlen und meine Ziele zu erreichen? Mit einfühlsamen, lösungsorientierten Gedanken-Veränderungs-Übungen erleben meine Besucher schnell und wirkungsvoll Aha-Effekte“, so Gisela Riedinger.



ger zur Vorgehensweise ihres Coachings. Die Gespräche finden entweder bei ihr zu Hause oder auch mitten in der Natur bei einem Spaziergang statt.

FRAGE DER ATMOSPHÄRE

Wichtige Voraussetzung für eine gute Zusammenarbeit mit ihren Klienten ist für Gisela Riedinger eine wohltuende Atmosphäre. Das erste Kennenlernen ist kostenlos und dauert etwa eine halbe Stunde. „In dieser Zeit kann ich mir ein Bild von den Veränderungswünschen machen und die Vorgehensweise erklären.“



Gisela Riedinger, NLP-Master Coach, Motivations-trainerin, Amthausstraße 5, 78247 Hilzingen/Weiterdingen, T 07739/927893 oder 1280 www.g-riedinger.de

i Seminartermine

5. und 6. März: Kommunikation und Veränderung, Hotel Hörli, in Hemmenhofen

12. März: Achte auf deine Gedanken, Bildungswerk, Rottweil

30. April: Achte auf deine Gedanken, Gemeindehaus St. Josef, Tuttlingen

im Juni: Zigarette ade in Weiterdingen (Termin noch offen)

11. Oktober: Was Worte bewegen, Gemeindezentrum, Engen

www.g-riedinger.de