

LÖSUNGEN? BITTESCHÖN:

SUPERVISION

DER WEG DES EIGENEN ERKENNENS

A sepia-toned photograph of a dilapidated wooden house on a grassy hill under a cloudy sky. The house is weathered, with missing siding and a broken roof. The foreground is filled with tall, dry grasses. The overall mood is somber and reflective.

**KONFLIKTE IM ALLTAG ?
BERUFSLEBEN KONTRA PRIVAT ?
KARRIERESTAU ?**

...

Die täglichen Herausforderungen des Lebens machen es uns nicht leicht, bei uns selbst anzukommen. Unsere „inneren Räume“ sind beeinflusst von vielen Faktoren, wie z. B. Erfolgs- und Leistungsdruck, zwischenmenschlichen Spannungen und inneren Unsicherheiten. Und manchmal finden wir alleine nicht den Weg, um bei uns selbst anzukommen.

Supervision und Coaching unterstützen mit der Sicht von Außen. Fördernde Kräfte werden aktiviert, begrenzende Kräfte abgebaut. So eröffnen Sie sich neue Blickwinkel.

Die eigene Persönlichkeit besser zu verstehen und zu führen, ist eine Herausforderung. Nehmen Sie diese an und stärken Sie den Zugang zu sich selbst. Gewinnen Sie mehr Freiheit für Ihr eigenes Leben im Denken, Fühlen und Handeln.

Aktivieren Sie Ihre persönlichen Ziele und gestalten Sie selbstbestimmt neue Lebensräume.

**SEI DU SELBST. WER WÜRDEN SICH
BESSER DAZU EIGNEN?**

SUPERVISION & COACHING

leisten einen wichtigen Beitrag zu mehr Zufriedenheit und Wohlbefinden in Verbindung mit dem Privat- und Berufsleben.

Supervision und Coaching ...

- * unterstützen Sie in der Entwicklung neuer Perspektiven.
- * regen Ihre Identitätsbildung an.
- * fördern Ihre persönliche und berufliche Weiterentwicklung.
- * helfen, im Berufsalltag mit komplexen Problemen und Belastungen umzugehen.
- * tragen zur Verbesserung des beruflichen Handelns bei.
- * lassen Sie Ihren inneren Wegweiser für mehr Erfolg und Zufriedenheit finden.

Auch **Gruppen, Teams und Unternehmen** können durch Supervision ihre Arbeitsergebnisse steigern und Konfliktpotenziale begrenzen bzw. entspannen.



LICHT INS DUNKEL BRINGEN

DER WEG ZU IHREN LÖSUNGEN

Wollen Sie eine wirksame Work-Life-Balance herstellen und Ihre Lebensqualität damit verbessern? Ihren privaten und beruflichen Erfolg weiter steigern? Dann unterstütze ich Sie gerne – individuell, professionell und persönlich.

Im persönlichen Dialog ergeben sich spezifische Fragestellungen, denen wir im gemeinsamen Beratungsgeschehen nachgehen. Dabei bleiben Sie Experte Ihrer Lösung.

Ein kostenfreies und unverbindliches Gespräch eröffnet erste Blicke auf Mensch und Themen. Sie sind herzlich willkommen, Ihren persönlichen Weg mit meiner Begleitung zu beschreiten.

Ich freue mich auf Ihren Anruf.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Olwe Kayja B. H." with a stylized flourish at the end.

**MAN KANN EINEN MENSCHEN
NICHTS LEHREN.
MAN KANN IHM NUR HELFEN,
ES IN SICH SELBST
ZU ENTDECKEN.**

Galileo Galilei



TANJA BOHR

Jahrgang 1968, Bankkauffrau, seit mehr als 15 Jahren selbständige Verhaltenstrainerin und zertifizierter Business-Coach für Menschen in Unternehmen und Institutionen.


- * Referentin für Kommunikation und Karrieregestaltung.
- * Aus- und Weiterbildungen in humanistischer Psychologie, Gruppendynamik, Persönlichkeitsdiagnostik und psychosozialer Leitungskompetenz.

Supervisorin (EAS): tiefenpsychologisch-beziehungsorientierte Einzel-, Team- und Gruppensupervisorin mit Konzepten aus Transaktionsanalyse, Systemtheorie, Gestaltpsychologie und Psychodrama.

Am Alten Freyhof 11 * 30900 Wedemark /Bissendorf

Telefon 0 51 30 - 30 41 * Fax 0 51 30 - 30 42

supervision@tanja-bohr.de * www.supervision-tanja-bohr.de

A sepia-toned photograph of a vast field of daisies in full bloom. The flowers are densely packed, with some in sharp focus in the foreground and others fading into a soft, out-of-focus background. The lighting is warm and diffused, suggesting a late afternoon or early morning setting. The overall mood is peaceful and hopeful. The text 'AUFBLÜHEN AUF NEUEN WEGEN' is centered horizontally and vertically over the image in a bold, white, sans-serif font.

AUFBLÜHEN AUF NEUEN WEGEN

**NICHT IN DEM, WAS MAN BESITZT,
IN DEM, WAS MAN IST,
ÄUSSERT SICH DIE
PERSÖNLICHKEIT.**

Oscar Wilde