

## **"Was würdest Du tun, wenn du wüsstest, dass für Dich alles möglich ist?"**

Mit dieser Frage möchte ich keineswegs jemanden von der absoluten Machbarkeit aller Vorhaben überzeugen. Doch diese Frage begleitet mich seit langem und ich habe nie aufgehört, sie mir immer wieder zu stellen. Sie inspiriert und motiviert mich.

Inspiration erweitert die Horizonte und lässt uns entdecken, dass wir ungeahnte Potentiale in uns tragen. Wir sollten aber auch erkennen und akzeptieren, wo unsere natürlichen Grenzen liegen. So lernen wir uns selbst besser kennen und bewegen uns leichter.

Wir alle haben Fähigkeiten, Stärken und Schwächen, die uns oft nicht bewusst sind.

Oftmals haben wir von uns auch ein verzerrtes Bild und versuchen eine Rolle zu spielen, die uns gar nicht entspricht. Diese Verzerrungen sind schon zum Teil durch Prägungen in der frühesten Kindheit entstanden.

Anpassungsdruck im Beruf und im Alltag trainiert uns auch dazu, Masken zu tragen und uns bestimmte Rollen in der Gesellschaft zu eigen zu machen.

## **Freizeit und Leidenschaften**

Mit 10 Jahren habe ich mit Florett-Fechten angefangen und bis zum siebzehnten Lebensjahr regelmäßig leidenschaftlich trainiert. Ich hole oft diese Zeit in meine Erinnerung, denn in diesen Jugendjahren habe ich gelernt, wie wichtig es ist, sich auf das Wesentliche zu fokussieren und blitzschnelle Entscheidungen zu treffen. Im Fechten begegnen wir nicht nur dem „Gegner“, sondern auch uns selbst. Auf eigene Grenzen zu stoßen, vorhandene Blockaden zu entdecken, sind hilfreiche Bestandteile der Persönlichkeitsentwicklung.

Meine Selbstzweifel lernte ich oft in Sicherheit und in Klarheit zu transformieren. Fechten hat mir eine Grundlage dafür gegeben und mich gleichzeitig gelehrt, wie man mit inneren und äußeren Konflikten im Alltag besser und konstruktiver umgeht.

Heute fechte ich nicht mehr, habe aber dafür die Liebe zur Natur entdeckt. Wenn ich in der Freizeit nicht gerade am Wandern bin, entdecke ich durch Reisen neue Landschaften und genieße die kulturelle Vielfalt von unterschiedlichen Nationen.

## **Lebensweg**

Auf meinen Lebensweg durfte ich einige Stationen meistern, die mich glücklicherweise genau dorthin geführt haben, wo ich gerade bin. Ich bin 1968 in Großkarol (Siebenbürgen) geboren und lebe seit 1990 in Deutschland. Das Leben in einem damals für mich fremden Land, die neue Umgebung, das Erlernen einer anderen Sprache, hat meinen Blick für andere Kulturen und andere Mentalitäten geweitet.

Mein Berufsleben hat mich durch unterschiedliche Branchen und Tätigkeiten geführt. Ich traf auf viele Menschen mit unterschiedlichen Charakteren – eine bunte Vielfalt im Hinblick auf ihre Nationalität, ihre Fähigkeiten, ihr Alter und ihre Werte. Die Einzigartigkeit jedes Menschen fasziniert mich sehr.

Seit 2003 bin ich selbständig, zuerst als EDV-Dozentin für unterschiedliche Unternehmen, später als IT-Dienstleisterin und jetzt als Human Potential Coach. Somit bin ich mit Themen wie Selbstführung und Sinngebung bestens vertraut.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass es möglich ist, aus eingefahrenen Mustern und Verhaltensweisen auszusteigen. Wir treffen jeden Tag Entscheidungen, welche die Qualität unseres Lebens bestimmen.

Vor einigen Jahren absolvierte ich die Heilpraktiker Ausbildung. Die Gesundheitsamtliche Prüfung allerdings konnte ich nicht mehr ablegen. Ein sehr schwerer Krankheitsfall in unmittelbarer Umgebung, der meine komplette Aufmerksamkeit benötigte, hatte Priorität. Danach hat mich das Leben in eine andere Richtung gelenkt. Ich habe dadurch gelernt, mit mir und meinem Umfeld noch gesundheitsbewusster umzugehen. Dieses gelernte Wissen und die Erfahrungen daraus ermöglichen mir meine Klienten ganzheitlich wahrzunehmen.

## **Fähigkeiten und Potentiale**

Das Potential und die innere Kraft, können sich in uns nur dann entfalten, wenn wir uns selbst wirklich treu sind und echt bleiben. Die langjährige Dozententätigkeit hat mich gelehrt, dass die Arbeit mit Menschen eine besondere Verantwortung mit sich bringt. Einfühlungsvermögen, Lebenserfahrung und Fachwissen helfen mir, meine Klienten in Coaching -Prozessen umfassend und ganzheitlich wahrzunehmen und ihnen wertschätzend Impulse zu geben.

Was möchte ich mit meinem Coaching anderen Menschen geben?

Ich möchte, dass meine Klienten die eigene innere Mitte finden, dass sie sich auf den Weg machen die eigenen Potentiale zu entdecken, sie zu entwickeln und vor allem, sie zu leben. Sie sollen die inneren und äußeren Gestalter des eigenen Lebens werden.

Wo komme ich her? Wo gehe ich hin? Wozu bin ich da? Diese Fragen können wir nicht nur allein mit dem Verstand beantworten. Die Wahrnehmung über das Alltagsbewusstsein hinaus stärkt Selbsterkenntnis und Selbstverwirklichung und verborgene Fähigkeiten werden sichtbar.

**„Ob Du glaubst, Du kannst es, oder ob Du glaubst, Du kannst es nicht. Du hast immer Recht.“ (Henry Ford)**