

Erreiche  
Deine Ziele!



# DER KURS "business"

von Iris Alheidt-Pehrishch

## Definition:

DER KURS "business" richtet sich an Menschen, die beruflich weiterkommen möchten.

## Inhalt:

- Persönliche und berufliche Zielsetzung
- Kompetenzen entwickeln und stärken
- Selbstreflexion und Selbstbewusstsein stärken
- Achtsamkeit und Selbstfürsorge im Business-Alltag
- Nachhaltige Arbeitsgewohnheiten etablieren
- Entscheidungsfindung stärken
- Problemlösungen optimieren
- Den Umgang mit Herausforderungen erlernen
- Den Umgang mit Rückschlägen erlernen
- Kommunikationsfähigkeiten ausbauen
- Stressmanagement und Resilienz

## Ziel:

Als Coach sehe ich meine Aufgabe darin, gemeinsam mit den Teilnehmenden herauszufinden, wo ihre Stärken liegen, diese auszubauen und hinderliche Glaubenssätze oder erlernte Muster abzulegen.

Mein Ziel ist es, Menschen an ihre Ziele zu bringen und das Bestmögliche aus ihnen herauszuholen.

3 Monate  
Intensiv-  
begleitung

max. 7  
Teilnehmer/-innen

## Laufzeit:

3 Monate mit flexibler Terminplanung innerhalb der Gruppe.

## Ablauf:

Begleitendes Coaching Deiner Business-Themen / -Fragen für den Alltag:

- Wochencall in der Gruppe / 1x pro Woche / Dauer: 90 - 120 Min.
- Workshop in der Gruppe / 1x pro Monat / Dauer: 6 Stdn.
- Einzelcoaching / 2x (Termin n. Vereinbarung) / Dauer: 90 Min
- Kursindividuelles, mitwachsendes Impulsbook (PDF) zur eigenen Reflexion
  
- TimeWaver-Set / (Optional zubuchbar)  
(für Kursteilnehmer/-innen 32,- € statt 64,- € inkl. MwSt.)  
(Detailanalyse auf mentaler und/oder körperlicher Ebene)
  
- Alle Themen aus dem Impulsbook werden an aktuellen Situationen aus Deinem Alltag erörtert. So, dass Du bereits während des Kurses die wichtigen und akuten beruflichen Themen Deines Lebens bearbeiten kannst.

DER KURS  
"business"

Preis inkl. MwSt.:

2.235,00 € (Ratenzahlung möglich)



## Über mich

Seit mehr als 30 Jahren bin ich, Iris Alheidt-Pehrish, im Bereich Coaching tätig und biete mit DER KURS exklusiven Gruppen die Gelegenheit, nicht nur ausschließlich von meiner Arbeit als Coach, sondern auch voneinander zu lernen und zu profitieren.

Alle Gruppencalls und Einzelcoachings finden Online, via Zoom, statt. Daher kannst Du von überall auf der Welt von meinen Leistungen profitieren. Auch in englischer Sprache. Geeignete Termine trotz Zeitverschiebung garantiere ich Dir. Gerne passe ich mich flexibel an.

Trotz alledem besteht natürlich auch die Möglichkeit, Vor-Ort-Termine mit mir auszumachen, wenn Dir das lieber ist. Hier bitte ich um Nachsicht. Diese Option ist nur nach individueller Absprache möglich. Vielen Dank!



## Feedback

“Ich werde immer selbstbewusster, komme immer mehr dahin, wer und was ich bin.“

## Kontakt

Solltest Du vorab noch Fragen zur DER KURS "business" und/oder meiner Arbeitsweise haben, beantworte ich Dir diese sehr gerne. Schreib mir!

WhatsApp: +49 (0)163 - 139 69 24

E-Mail: [iris.alheidtpehrisch@googlemail.com](mailto:iris.alheidtpehrisch@googlemail.com)

Auch Buchungen nehme ich über diese Wege gerne entgegen.

Ich freue mich auf Dich und die gemeinsame Arbeit.

