



UNTERNEHMEN | BERUF |  
PRIVAT



**UNSER NEWSLETTER IM JANUAR**

**Riskieren wir zu leben! Auf ein Neues!**

Das Neue Jahr ist erst ein paar Tage alt – acht um genau zu sein. Der 8. Januar 2024. Das klingt frisch und unverbraucht. Die erhofften Chancen schlummern noch unter den kommenden Wochen und Monaten. Glück, Zufriedenheit, Gesundheit und Wohlstand waren in den vielen Wünschen zum Jahreswechsel.

Aber mal ehrlich: keine Ahnung, ob das bei mir eintrifft oder nicht. All das bleibt nicht lange in meinem Fokus. Viel präsenter sind mir die Krisen, meine Ängste und meine Unsicherheiten.

Wenn wir ehrlich sind, ist unser Leben auch wirklich bedroht. Etwas im Leben gut und stabil zu halten, erfordert sehr viel Energie und Ressourcen. Leben, Lebendigkeit beinhaltet bereits die dauernde Veränderung zum Guten und zum Unguten. Nicht immer liegt es in uns, die Richtung zu bestimmen. Wer lebt, riskiert einiges.

Aber die Angst ist uns dabei nicht nur eine verstörende, sondern eine herausfordernde und hilfreiche Emotion. Worauf will sie uns aufmerksam machen? Was will die Angst von mir? Was erschließt sie mir? Welche Kompetenzen gilt es noch zu entwickeln?

Angst zeigt sich nämlich immer dann, wenn das Gefühl auftaucht, keine angemessene Reaktion auf eine Bedrohung zu haben. Angst setzt dann ein, wenn etwas, was uns persönlich als sehr wertvoll erscheint, in Gefahr ist. Das Wertvolle zu erkennen und zu retten oder eben neue Werte ins Zentrum unserer Werteskala zu setzen ist das Ziel (vgl. V. Kast: Vom Sinn der Angst).

Was macht mein Leben sicher und risikofrei? Nichts, ehrlich gesagt.

Natürlich gibt es Unterstützungen, Vorsorgen, Hilfen. Dazu gehören neben anderen sicherlich Freund\*innen, materielle Grundsicherheiten, körperliches Wohlergehen, vielleicht Spiritualität. Aber auch das kann immer bedroht sein oder uns sogar abhandenkommen.

Es wäre gut, nicht nur auf Lebens-Versicherungen zu setzen (im eigentlichen und wirtschaftlichen Sinne), sondern auf das Üben von Kompetenzen, immer wieder neue kreative Lösungen für ungeplante Situationen zu finden. Rechnen wir mit Unsicherheiten und bleiben wir darin erfinderisch, im Vertrauen darauf, dass es schon gut wird. Zu naiv oder zu schwierig denken Sie? Vielleicht – aber der Lebendigkeit des Lebens durchaus angemessen, denke ich.

Insofern einen held\*innenhaften Start ins 2024!

---

## Die Coachingmeisterei in Feierlaune!



Übergänge sind uns in der Coachingmeisterei wichtig. Sie werden gewürdigt und gefeiert.

2023 war für uns wieder ein Jahr voller Herausforderungen. Neuzertifizierungen ansteuern, Betriebsprüfungen per Zufallsgenerator überstehen, Aufträge akquirieren, 12 Profi-Frauen gute Arbeitsbedingungen schaffen und zu allererst – auch wenn hier zuletzt genannt – Sie als Kund\*innen professionell, empathisch und Ihren Zielen folgend erfolgreich zu coachen.

Coaching, Supervision und Therapie auf einem hohen Niveau zu halten, bedeutet viel Arbeit, Risikobereitschaft, Leidenschaft für Menschen, Ressourcen, Geduld und Zuversicht, Auseinandersetzungen und Versöhnungen und vor allem viel Humor. Das alles haben wir gefeiert und danken Ihnen, unseren Kundinnen und Kunden, dass Sie uns Ihre Geschichten, Ihre Anliegen, Ihre Emotionen, Ihre Ziele u.a.m anvertraut haben. Sie waren bei uns im letzten Jahr in guten Händen und wir sind für Sie parat im Neuen Jahr!

Einen guten Start wünscht die Coachingmeisterei

---

**Das Coachingmeisterei-Team**



---

## AKTUELLES

---

## Finanzielle Förderung

- Bewerbungs- und berufliche Neuorientierungsprozesse werden von der Agentur für Arbeit und den Jobcentern gefördert - wir sind dafür zertifiziert.
- Gründungscoachings werden über [www.steinbeis-exi.de](http://www.steinbeis-exi.de) und die Agentur für Arbeit gefördert.
- Der Landkreis Böblingen fördert bis zu zwei Coachings für Frauen und Männer im Wiedereinstieg nach Familien- oder Pflegephasen.

Unsere Assistentin Lara Mack berät Sie gerne!

**Weitere Fragen zur Förderung per Mail oder  
Telefon**

Sind Sie nicht an unserem Newsletter interessiert?  
Scrollen Sie weiter nach unten, dort finden Sie die Möglichkeit zum Abbestellen  
(Abmelden/Unsubscribe).



**Newsletter weiterempfehlen**

Firma, Straße, Stadt  
Handelsregisternummer, CEO/Kontaktperson  
E-Mail-Adresse, Telefonnummer

Copyright 2024

[Abmelden / Unsubscribe](#)