



stefaniewolz
decisionmatters

Fragst du dich auch manchmal, wie du genug Zeit für deine Familie, deine Freunde und dich selbst haben sollst?
Wie du Paarbeziehung und Muttersein gut unter einen Hut bekommen kannst?
Wie du trotzdem Raum und Zeit für die eigenen Wünsche und Ziele haben kannst?
Oder bist du alleinerziehend und weißt nicht, wie du alles schaffen sollst?

Da kann es hilfreich sein, genauer auf sich selbst, die eigenen Rollen und die Lebensplanung zu schauen.

role matters

Ich fühle mich wohl mit allen meinen (Lebens-)Rollen!



Stefanie Wolz

[Diplom-Mathematikerin |
Trainerin | Coach]

Marienstraße 77 - 79
76137 Karlsruhe
0176 - 7012 7726

✉ sw@stefaniewolz.de
@ www.stefaniewolz.de
f [/decisionmatters](https://www.facebook.com/decisionmatters)
x [profile/Stefanie_Wolz](https://www.linkedin.com/profile/Stefanie_Wolz)

DARAUF BEKOMMST DU ANTWORTEN

- » Welche Rollen möchte ich unter einen Hut bekommen?
- » Wie möchte ich diese Rollen ausfüllen?
- » Was sind meine eigenen Wünsche und Sehnsüchte?
- » Wie kann ich mich von Ballast befreien und mich auf das konzentrieren, was wirklich wichtig ist?
- » Wie kann ich dies alles in meinem Alltag leben?
- » Wie kann ich besser „Nein“ sagen?

DIESEN NUTZEN HAST DU DURCH DEN WORKSHOP

- » Du machst dir alle deine Rollen bewusst und erreichst damit mehr Klarheit für dich.
- » Du erkennst, was dir wirklich wichtig ist und lebst danach.
- » Du lernst, wie du dich immer wieder an deinem Plan ausrichten kannst
- » Du kannst zu unwichtigen Dingen leichter „Nein“ sagen und hast mehr Zeit für dich und andere.
- » Du lernst, im Moment zu leben und erfährst damit mehr Ausgeglichenheit.

GEHÖRST DU DAZU? DANN MACH MIT!

Junge Mütter, die erfüllt und ausgeglichen leben möchten. Oder Frauen, die sich auf die Mutterrolle vorbereiten möchten.

UMFANG

2-tägiger Workshop oder 5 x 3 Stunden Nachmittags- oder Abendworkshops. Auch individuelle Coachings oder ein Vortrag sind möglich.