



## Beruf

### Erhalten Sie Ihre Freude an der Arbeit zurück und fördern Sie gutes Teamwork

Sie wünschen sich Zufriedenheit und Gesundheit am Arbeitsplatz? Gleichzeitig erleben Sie die Strukturen dort als festgefahren oder gar verkrustet? Sie machen Dienst nach Vorschrift, sind damit aber nicht wirklich glücklich? Egal, ob Sie Führungskraft, Mitarbeiter\*in, selbständig oder Teil eines interdisziplinären Teams sind:

Wenn Sie sich selbst bei der Arbeit anders verhalten als bisher, werden Sie neue Reaktionen erfahren. Ihr „System Arbeit“ kommt in Bewegung und häufig ist mehr möglich als ursprünglich gedacht. Geben Sie sich selbst, Ihren Teamkolleg\*innen, Vorgesetzten oder Mitarbeiter\*innen eine Chance, etwas Neues zu lernen und in Bewegung zu kommen!

Und auch wenn Sie „nur“ ein attraktives Bewegungsangebot für die Mittagspause suchen, sprechen Sie mich gerne an. Ich freue mich, Sie mit meiner Erfahrung und meinen Ideen in Schwung zu bringen.

### Ziele für unsere gemeinsame Arbeit sind z. B.:

- Berufliche oder betriebliche Veränderungsprozesse
- Steigerung der eigenen Arbeitsmotivation
- Ziele festigen, verfolgen und erreichen
- Kommunikationsverhalten verbessern
- Selbstbewusstsein und Auftreten stärken
- Konflikte effektiv lösen
- Prävention von Burn-Out und Bore-Out
- Arbeitsklima verbessern

### **Meine Kunden im beruflichen Kontext sind z. B.:**

- Personal- und Führungskräfte
- Angestellte
- Selbstständige
- Lehrkräfte
- Pädagog\*innen
- Erzieher\*innen
- Sozialarbeiter\*innen
- Einrichtungen der Erwachsenenbildung

### **Kontakt**

Wenn Sie Interesse an einem ausführlichen Gespräch haben, nutzen Sie bitte das Kontaktformular auf meiner Homepage oder vereinbaren telefonisch einen Termin.

[Sylvia De Rosa – Coaching mit Bewegung](#)  
Dipl. Sportwissenschaftlerin

Mobil: 0157-896 413 66  
[www.sylvia-de-rosa.de](http://www.sylvia-de-rosa.de)