FÜR UNTERNEHMEN

Soul Office

Inner Work Coaching für Ihre Mitarbeitenden



Ein Raum für den Menschen im Unternehmen

In einer schnellen Arbeitswelt schafft Soul Office einen Moment zum Innehalten. Im Mittelpunkt steht der Mensch mit seinem Körper, seinem Geist und seiner Seele.

01 **Gesehen werden**

Ungeteilte Aufmerksamkeit für das, was einen Menschen gerade beschäftigt. Persönliche und berufliche Anliegen haben gleichermaßen Platz.

02 **Sich entlasten**

Aussprechen, was schwer auf einem liegt. Gedanken und Gefühle sortieren, durchatmen und neue Kraft schöpfen.

03 **Eigene Stärken wieder spüren**

Wieder Zugang zu den eigenen Werten, Stärken und Bedürfnissen finden. Daraus kann ein nächster Schritt entstehen, der zur Person passt.

Die Seelensprechstunde

Persönliche Einzelgespräche mit Janina Mazur – vor Ort im Unternehmen oder online.

Zeit für ein offenes Gespräch

Ob innere Unruhe, eine Sinnfrage oder etwas, das schon länger belastet: Ich höre zu, ohne zu bewerten, und begleite Ihre Mitarbeitenden bei dem, was sie gerade brauchen.

So funktioniert es

01 **Feste Sprechzeiten**

Ihr Unternehmen vereinbart regelmäßige Termine. Mitarbeitende nehmen freiwillig teil und wählen ihr Gesprächsthema selbst.

02 **Vor Ort oder online**

Das Gespräch findet in einem ungestörten Raum im Unternehmen oder per Video statt.

03 **Extern und vertraulich**

Als externe Coachin stehe ich außerhalb der betrieblichen Hierarchie. Gesprächsinhalte gebe ich weder an Vorgesetzte noch an die Personalabteilung weiter.

Der Mehrwert für Ihr Unternehmen

Mit Soul Office geben Sie mentaler Gesundheit und persönlicher Entwicklung einen festen Platz im Arbeitsalltag.

01 **Wertschätzung wird spürbar**

Sie stellen Zeit für persönliche Anliegen bereit. Sich gesehen und ernst genommen zu fühlen, kann die Zufriedenheit und Verbundenheit mit dem Unternehmen stärken.

02 **Frühzeitig Unterstützung ermöglichen**

Mitarbeitende erhalten eine Anlaufstelle, um Belastungen früh anzusprechen und eigene Kraftquellen wiederzuentdecken.

03 **Gesundheitsförderung persönlich ergänzen**

Mit der Seelensprechstunde ergänzen Sie bestehende Angebote um vertrauliche Einzelgespräche mit einer festen externen Ansprechpartnerin.

Ihr Unternehmen schafft den Rahmen.
Das Gespräch gehört dem Menschen.

Soul Office für Ihr Unternehmen anfragen

Janina Mazur · Inner Work Coachin

Obernstr. 39 · 31655 Stadthagen

0172 3245227 | www.janinamazur.com