



*"Ich bin diesen Weg gegangen, ich bin jenen Weg gegangen, dann bin ich meinen Weg gegangen."*  
Chinesisches Sprichwort

**Coaching für Hochsensible &  
Lösungsorientiertes Kurzzeitcoaching**  
[www.coachingundhochsensibilitaet.de](http://www.coachingundhochsensibilitaet.de)

## Coaching für Hochsensible



## Lösungsorientiertes Kurzzeitcoaching

- Sensible Stärken erkennen und einordnen,
- mit den Herausforderungen der Wesensart umgehen lernen,
- selbstfürsorgliche Lebens- und Verhaltensweisen entwickeln.

- Den Blick auf die Ressourcen richten,
- Lösungsmöglichkeiten für individuelle Probleme entwickeln,
- Klopfoaching (PEP®) zur Veränderung von belastenden Emotionen.

&

## Achtsames Selbstmitgefühl - Mindful Self-Compassion (MSC-Kurse)

*Weitere Informationen und aktuelle Termine finden Sie auf meiner Homepage.*



Kerstin Hawig-Živanović  
Dipl.-Sozialpädagogin,  
Systemischer Coach  
info@coachingundhochsensibilitaet.de  
Tel.: 0152/33652477  
[www.coachingundhochsensibilitaet.de](http://www.coachingundhochsensibilitaet.de)