

Performance.Stabil

Innere Souveränität in Hochphasen

Ihr Nutzen

- ✓ Höhere Leistungsfähigkeit in kritischen Phasen
- ✓ Stärkere Selbststeuerung & Eigenverantwortung
- ✓ Bessere Teamdynamik – weniger Konflikte
- ✓ Langfristige Arbeitsfähigkeit sichern

Inhalte

- ✓ Selbststeuerung & Klarheit
- ✓ Innere Stabilität in Hochphasen
- ✓ Souveränität & Resilienz
- ✓ Praktische Integration

Formate & Dauer

FORMAT	DAUER	ZIEL
Impuls-Workshop	90 Minuten	Sofort umsetzbare Tools
Halbtags-Workshop	3–4 Stunden	Selbststeuerung & Fokus
Führungskräfte-Special	1 Tag	Mentale Souveränität
Executive Coaching	60–120 Min.	Individuelle Begleitung

Besonderheiten

- ✓ Fokus auf Leistungsfähigkeit, nicht auf „Belastung“
- ✓ Schnell wirksame Praxis-Tools
- ✓ Keine zusätzlichen Aufwände
- ✓ Flexibel für Teams & Einzelpersonen

Nächste Schritte

Kurzer Austausch (15 Min.), um Ihre Ziele und den passenden Rahmen zu besprechen.

Katrin Monsior

- ✓ E-Mail: katrin@monsior.de
- ✓ Telefon: 0175 3392117
- ✓ Web: katrinmonsior.de



Leistung steigern.
Souverän bleiben.