

## PARENTS COACHING

Ab sofort gibt es für alle TU Mitarbeiter innen die Möglichkeit, bei Bedarf ein persönliches Coaching mit Heike Podek in Anspruch zu nehmen:

*Über ein Jahr Pandemie und damit auch schon über ein Jahr „Ausnahmezustand“.*

*Kinderbetreuung, Homeschooling und auch die eigene Arbeit im Homeoffice müssen Mütter und Väter unter einen Hut bekommen. Das zerrt nicht nur an den Nerven, sondern stellt uns teilweise auch vor ganz besondere Herausforderungen.*

*Durch das Zusammenleben auf engem Raum, ohne dass jedes Familienmitglied ausreichend Zeit für sich selbst bekommt, sind Konflikte nicht selten vorprogrammiert.*

*Wenn einem gerade alles über den Kopf wächst, kann es einfach hilfreich sein, sich Unterstützung zu suchen.*

*In einem Online Coaching via Zoom schauen wir, wo bei euch gerade der Wurm drin ist und wo du ansetzen kannst, um deine aktuelle Situation positiv zu verändern.*

*Wenn du das Angebot in Anspruch nehmen magst, schreib ein email an:*

*[office@beziehungsorientiert.at](mailto:office@beziehungsorientiert.at) und wir vereinbaren gemeinsam einen passenden Termin.*

*Heike Podek*