

PETRA KANDRA



COACH FÜR KLARHEIT & BEWUSSTSEIN

Seit über 10 Jahren begleite ich Menschen dabei, Hindernisse und Krisen auf ihrem Lebensweg erfolgreich zu bewältigen und sich dabei selbst besser kennenzulernen, die eigenen Fähigkeiten zu entdecken, mehr Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und Selbstwert zu entwickeln, um sich so immer mehr als Gestalter des eigenen Lebens, statt als Leidtragender äußerer Umstände zu erfahren.

Dabei ist es wichtig, sich über die eigenen wahren Wünsche und oft unerfüllten Bedürfnisse bewusst zu werden und sie in Einklang mit sich und anderen Menschen zu bringen. Dies trägt wesentlich zu einem glücklichen Leben und gesunden Beziehungen bei.

Wertschätzend und verständnisvoll helfe ich meinen Klienten in diesen sensiblen und wichtigen Phasen ihres Lebens die Weichen zu stellen: für eine erfüllende Zukunft!

WEIL ES NICHT EIN,
SONDERN **DEIN** LEBEN IST.

Jetzt kostenfreies Erstgespräch vereinbaren.

*Mehr Selbstvertrauen,
mehr Lebensfreude,
bessere Beziehung zu dir
und anderen,
mehr Zeit für dich.*

PETRA KANDRA

Zertifizierter Holistic Coach (LHA)
Zertifizierter Liebes- und
Beziehungscoach (LHA)
Zertifizierte Mediatorin (SfG)

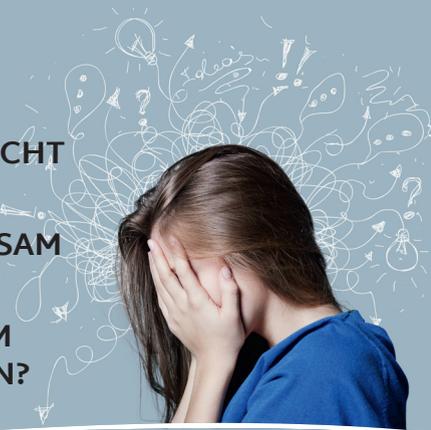
COACHING ZENTRUM LANDSBERG
86899 Landsberg am Lech

M +49 173 943 44 47
info@petra-kandra.de
www.petra-kandra.de

GENUG DAVON,
ES ANDEREN RECHT
ZU MACHEN?

GEHT DIR LANGSAM
DIE KRAFT AUS?

BIST DU NUR AM
FUNKTIONIEREN?



Mach dich frei.

Lebe DEINE Wahrheit.

Im Einklang mit dir und anderen.

Werde wieder glücklich.



Jetzt
kostenfreies
Erstgespräch
vereinbaren

PETRA KANDRA

HOLISTIC COACHING & MEDIATION

Krisen und Konflikte als Chancen annehmen und
das Leben selbstbestimmt und erfüllend gestalten

DEINE SITUATION

KOMMT DIR DAS BEKANNT VOR?

- Du fühlst dich überfordert und frustriert.
- Es fällt dir schwer, dich auch mal an die erste Stelle zu setzen.
- Deine Wünsche und Bedürfnisse bleiben oft auf der Strecke.
- Du hast das Gefühl, dass noch mehr in dir steckt, das endlich gelebt werden will.
- Du willst deine aktuelle Situation nachhaltig zum Besseren verändern.

MEINE ARBEIT

WAS HOLISTIC COACHING BEWIRKT

- Verschafft in kurzer Zeit Klarheit über die Zusammenhänge der Lebens- bzw. Problemsituation.
- Zeigt einfach und nachvollziehbar neue Wahl- und Handlungsmöglichkeiten.
- Nimmt den Stress aus belastenden Situationen.
- Schafft Verständnis für die eigenen Gefühle und Emotionen.
- Macht Stärken, Fähigkeiten und Ressourcen sichtbar.
- Zeigt klar die Chancen und Wege aus der Problemsituation.
- Ermöglicht echte und nachhaltige Veränderung.

ERGEBNIS

WAS MÖGLICH WIRD

- Du findest zu deiner ursprünglichen Kraft und inneren Stärke zurück.
- Du lernst dich selbst wieder mehr wertzuschätzen.
- Du findest die Balance zwischen deinen eigenen Bedürfnissen und denen anderer.
- Du hast wieder deutlich mehr Energie zur Verfügung.
- Du fühlst dich den Herausforderungen des Lebens wieder gewachsen.
- Du erlernst Techniken, die dir über das Coaching hinaus in deinem Alltag helfen.

