

## Paar Coaching

---

- Sie sind in einer festen Beziehung und es geht Ihnen gut und Sie wünschen sich etwas mehr Magie zurückzubringen
- Die Beziehung zu Ihrem Ehepartner oder Ihrer Ehepartnerin ist in einer Routine gefangen und Sie sehnen sich danach, sich wieder mehr zu verbinden, oder
- Sie beginnen eine neue Beziehung und wollen stark und sicher starten –

## ERINNERN SIE SICH AN DIE LIEBE DES BEGINNS. ERWEITERN SIE IHRE FÄHIGKEITEN.

### MEIN PAARCOACHING UNTERSTÜTZT SIE

1. Ihre spezifische Paardynamik zu erkennen
2. Zu verstehen, warum diese Paardynamik entstanden ist
3. ermächtigt Sie als Paar, das, was Sie sich wünschen, zu erreichen und das, was Sie bereits haben, zu würdigen oder neu zu verhandeln

### IHR GEWINN

- Sie genießen mehr Verständnis, Leidenschaft und Intimität
- Sie können Ihre Wünsche und Bedürfnisse besser artikulieren
- Sie hören besser zu und antworten grosszügiger
- Sie können für sich selbst eintreten und Grenzen setzen
- Ihre Beziehung wird schöner und Ihre Beziehungsorientierung strahlt eine erweiterte Wirkung aus auf Familie und Beruf

### Dr. Beatrice Sigrist Charbonnier, PCC, SEP:

Meine Leidenschaft sind Beziehungen und alles, was uns stärkt, die normalen Höhen und Tiefen in Beziehungen zu meistern. Es könnte oft so viel leichter sein!

Als **promovierte Ökonomin** mit Erfahrung in Big 4 Consulting Unternehmen weiss ich: Sie wollen Ergebnisse. Jede Sitzung soll Sie weiterbringen.

Als **Coach von Führungskräften** und als **diplomiertem beziehungsorientierten Teamcoach** bringe ich 16 Jahre Erfahrung, Ressourcen zu erkennen, Fähigkeiten zu erweitern, Unausgesprochenes anzusprechen.

Als **Somatic Experience Praktizierende** nach Dr. Peter Levine beziehe ich Ihre Körpersprache mit ein. Es geht mir darum, Druck rauszunehmen, wenn ich Kampf-Flucht-Reaktionen wahrnehme, und Wahlmöglichkeiten zu offerieren, sodass Sie neue Erfahrungen machen.

Als **Paarcoach** inspiriert mich Terry Reals Beziehungsorientierung: Wir sind perfekt imperfekt. Wir können uns verbessern. Alle Beziehungen sind ein Kreislauf von Harmonie, Disharmonie und Reparieren.



### Dr. Beatrice Sigrist Charbonnier

Praxis FREIGUT

Freigutstrasse 4, 8002 Zürich

[www.sigristcoaching.ch](http://www.sigristcoaching.ch)

[info@sigristcoaching.ch](mailto:info@sigristcoaching.ch)

+ 41 79 507 74 35

### Auf Ihren Wunsch:

Coaching via zoom oder vor Ort.

Auf Deutsch, Englisch oder

Französisch.

### Berufserfahrung:

Unternehmensberatung: 7 Jahre,

Coach für Führungskräfte, Teams,

Co-Leaders, Paare: 16 Jahre

### Weiterbildung:

zertifizierte professionelle Coach

(International Coach Federation),

diplomierter Teamcoach, virtuelles

Teamcoaching, Somatic

Experiencing nach Dr. Peter

Levine und Relational Living nach

Terry Real.

### Ausbildung:

Doktorat in Betriebswirtschaft

(Universitäten Basel und Genf),

Nachdiplom in Soziologie (Ecole

des Hautes Etudes en Sciences

Sociales (EHESS) in Paris) und

Master in Oekonomie (Universität

Bern).

### Vorstandstätigkeit:

Schweizer Experten Netzwerk für

Burnout.

### Mitgliedschaften:

International Coach Federation,

Somatic Experiencing Schweiz