

A portrait of a woman with dark, curly hair and a tattoo on her neck, looking directly at the camera. The image is partially obscured by the text.

# COACHING MIT SONJA

BUSINESS COACHING

01



# BER MICH

Hi, ich bin Sonja.  
Dein kleiner Sidekick für den  
nächsten Schritt.

## ÜBER MICH

Ich arbeite seit über 15 Jahren im Bereich Personal- und Organisationsentwicklung – als Coach, Sparringspartnerin und Impulsgeberin.

Mein Hintergrund: eine fundierte Ausbildung in systemischem Coaching (DBVC-zertifiziert), Erfahrung in der Führungskräfteentwicklung und ein klarer Blick für das, was Menschen stärkt.

Was mich auszeichnet: ein systemisches Verständnis von Veränderung, die Fähigkeit zuzuhören und auf den Punkt zu kommen – und die Überzeugung, dass gute Entscheidungen dann entstehen, wenn Klarheit und Selbstverantwortung zusammenkommen.



# COACHING ZUR BERUFLICHEN (NEU-)AUSRICHTUNG

SYSTEMISCH. KLAR. INDIVIDUELL.

Du überlegst, dich beruflich zu verändern, dich besser zu positionieren oder stehst an einem Punkt, an dem du neu sortieren willst?

In meinem Coaching verbinde ich systemische Methoden mit praxisnahem Karrierecoaching. Wir arbeiten an Klarheit, Orientierung und konkreten nächsten Schritten – immer entlang deiner Fragen und Ziele.

# MEINE COACHING-PAKETE.

Eines passt garantiert.

## PAKET 1 Orientierung & Klarheit

3 Sitzungen zu je 60 Minuten.

Dieses kompakte Paket bietet dir einen geschützten Raum, um ein konkretes Anliegen zu klären – etwa bei beruflicher Unzufriedenheit, Entscheidungsfragen oder einer ersten Standortbestimmung.

Wir arbeiten fokussiert und lösungsorientiert: Was ist gerade wesentlich? Was brauchst du? Und was wäre ein guter nächster Schritt?

# MEINE COACHING-PAKETE.

Eines passt garantiert.

## PAKET 2

## Neu ausrichten

6 Sitzungen zu je 60 Minuten.

In diesem Paket bekommst du die Möglichkeit, deine berufliche Identität bewusster zu gestalten. Wir schauen gemeinsam auf deine Stärken, Werte, inneren Antreiber und bisherigen Muster – und verbinden das mit konkreten Ideen zur beruflichen Weiterentwicklung.

Ob du dich neu orientieren möchtest, in deiner Rolle wachsen willst oder einen Perspektivwechsel brauchst: Dieses Paket unterstützt dich dabei, dich fundiert auszurichten.

# MEINE COACHING-PAKETE.

Eines passt garantiert.

## PAKET 3

## Berufliche Transformation

10 Sitzungen zu je 60 Minuten.

Dieses Coaching ist für Phasen gedacht, in denen du dich grundlegend verändern möchtest – z. B. beim Wiedereinstieg, in einer beruflichen Krise, bei einem Wechsel in Führung oder einem kompletten Neustart.

Wir nehmen uns Zeit für die innere Klärung, bearbeiten tieferliegende Themen (z. B. Rollenbilder, Selbstbild, Konflikte), entwickeln Strategien und verankern neue Schritte. Die Begleitung ist intensiver – auch zwischen den Sitzungen.

# ÜBERSICHT.

Deine Investition in dich selbst.

	PAKET 1 ORIENTIERUNG & KLARHEIT	PAKET 2 NEU AUSRICHTEN	PAKET 3 BERUFLICHE TRANSFORMATION
DAUER	3 x 60 Min.	6 x 60 Min.	10 x 60 Min.
KOSTEN	267 €*	534 €*	890 €*
ADD-ONS	Feedback zu Unterlagen & Profil ✓	Feedback zu Unterlagen & Profil ✓	Feedback zu Unterlagen & Profil ✓
	Systemisches Arbeiten & Reflexionsimpulse	Systemisches Arbeiten & Reflexionsimpulse ✓	Systemisches Arbeiten & Reflexionsimpulse ✓
	Workbook zur Selbstreflexion	Workbook zur Selbstreflexion	Workbook zur Selbstreflexion ✓

\*exkl. MwSt.

# BASIS INHALTE

In allen Paketen enthalten

- Individuelle Coaching-Sessions
- Systemisches Arbeiten & Reflexionsimpulse
- Zielklärung und konkrete nächste Schritte



# DEINE NEXT STEPS

Und so geht's weiter.

1

Buch dein kostenloses  
Erstgespräch und lass uns  
über deine Ziele sprechen.

2

Wir entwickeln deinen  
Plan und setzen ihn  
um.

3

Erfolge feiern

# LASS UNS SPRECHEN.

Du willst deine Ziele Wirklichkeit werden lassen?  
Ich freue mich drauf.

Sonja Schütz  
Hanau  
01766 105 1339

[sonja@fuckupnightshanau.de](mailto:sonja@fuckupnightshanau.de)  
[www.fuckupnightshanau.de](http://www.fuckupnightshanau.de)

*10*