

# SUPPLEMENTATION<sup>WS</sup>©

## FÜR JEDEFRAU UND JEDERMANN

Eine Supplementation ist eine thematisch-spirituell angereicherte Supervision; bei einer Supervision geht es darum, im beruflichen Bereich besser zu werden. Dazu bedient man sich eines Supervisors, der mit Hilfe seines sozialwissenschaftlichen Wissens und Könnens die Unterstützung und Anleitung gewährleistet, die erforderlich ist, um selbst Erkenntnisse zu erhalten und dann an sich zu arbeiten, sodass man Gutes konsolidieren und Verbesserungswürdiges verbessern kann.

Das können eine positive Einstellung, bekannte und beherrschte Emotionen, die Identifikation mit dem, was man gerade tut, die verbesserte Konzentration/Achtsamkeit, ein professionelles Auftreten, die eigene Kommunikation, der eigene Umgang mit Konflikten oder mit Stress sein, aber auch der Umgang mit Mitarbeitern oder mit sich selbst, wie das Ausschalten Zufriedenheit minimierender Verhaltensweisen („Gib den Dingen das richtige Gewicht!“, Ausgleich zwischen Anforderung und Pause, sich nicht –permanent- überfordern). **Die Supplementation bezieht sich auf alle Bereiche des Lebens!**

#### **Was kann man erreichen?**

Ausgeglichenheit, Zufriedenheit, Wohlfühl (Wellness), gesteigerte Kompetenz des Einzelnen, der Gruppe/des Unternehmens/der Behörde, darüber, sich selbst zu erkennen (Verhalten, Fähigkeiten), sich bewusst selbst in die Pflicht zu nehmen, Fähigkeiten auszubauen (erlerntes, professionelles Verhalten, Erhöhung der Stressresistenz, auf das rechte Maß verringerte Stressdosis), das eigene Fähigkeitenpotential einzusetzen und zu erleben, wie man sich besser fühlt! Letztlich sogar gesünder sein! Dazu bedient sich die Supplementation auch spiritueller Ansätze und meditativer Techniken.

Die Menschen, die den Kontakt mit mir suchen, brauchen Rat und Unterstützung. Sie wollen sich besser fühlen, für sich selbst und im Umgang mit anderen. Letztlich geht es darum, dass jeder sich nach der Beratung in den unterschiedlichen Lebensbezügen wohler fühlt, die Anforderungen des Lebens kompetenter, leichter und letzten Endes gesünder bewältigt.

**Rücken Sie sich in den Mittelpunkt Ihrer eigenen Aufmerksamkeit – ohne egozentrisch zu sein!  
Wer gut beraten ist, dem geht es dauerhaft besser!**

**Preise\* für eine Supplementation**<sup>WS</sup>: Ersttermin bis 90 min.: 120 €, jeder weitere Termin: bis 60 min.: 90 €, bis 90 min.: 135 €

Termine und Anmeldungen unmittelbar persönlich: 0162/2010443 oder E-Mail [werner-schuemchen@t-online.de](mailto:werner-schuemchen@t-online.de).