

ROCK'N'ROLL **NEEDS** RESILIENCE

Verena Hoffmann · ACC, ICF Certified Coach

Holistic 1:1 Coaching for the people who keep things running

Creative Professionals und informelle Leader leisten viel.
Druck, Verantwortung, Menschen, Deadlines.

Mit der Zeit kommt Stress, Decision Fatigue und leisem Burnout lange, bevor es jemand bemerkt.

Was diese Coaching supportet

- Klar entscheiden, auch unter Druck
- Nachhaltige Performance in Peak-Phasen
- Self-leadership und Ownership
- Resilienz ohne Burnout

Was ist hier anders

Das ist kein Motivationscoaching.

Es verbindet professionelles Coaching, Embodiment und Nervensystem Wissen verankert in realen Arbeitsumfeldern kreativer Branchen.

Verena coacht Menschen, keine Titel.

So läuft's

1:1 Online Coaching (EN / DE)

Starte mit einem Monat (4 Sessions)

- Perspektive gewinnen
- Sortieren, was wirklich los ist
- Erste Prioritäten klären
- WhatsApp-Support
- Individuelle Online-Toolbox

Start Monat (4 Sessions): €840

Monatliche Fortsetzung, wenn es für Coachee und Organisation sinnvoll ist. 780 € pro Folgemonat

Warum dieser Ansatz wirkt

Die Menschen zu unterstützen, die andere supporten, reduziert Burnout-Risiken stärkt Entscheidungsfähigkeit und stabilisiert Performance dauerhaft.

Prävention statt Krisenintervention.

Interessiert? Fragen? Ein Intro Call klärt den Fit.

twistbrainandbody.com • verena@twistbrainandbody.com

“Resilienz heißt nicht, härter zu pushen, sondern unter Druck stabil zu bleiben, ohne sich selbst zu verlieren. Ich unterstütze Menschen mit Verantwortung dabei, genau das aufzubauen. Mental und körperlich.”

