



ANKE DURT

Beratung ■ Coaching ■ systemische Aufstellung ■ Training

Wo stehen Sie gerade?

Manche Situationen stürzen uns in ungeahnte Konflikte. Alle Gedanken und Gefühle kreisen dann nur noch um ein Thema, finden aber keine geeignete Lösung.

Sogar gewohnte, altbewährte Wege und Strategien führen unerwartet in eine Sackgasse. Die innere Führung rückt aus dem Lot und es stellt sich ein Gefühl der Überforderung ein. Sie möchten etwas ändern und sinnvolle Entscheidungen treffen. Doch trotz aller Bemühungen funktioniert nichts mehr so, wie Sie es sich wünschen.

In dieser Situation kann Ihnen ein neutraler und glaubwürdiger Berater weiterhelfen.

Am Anfang steht die objektive Analyse der Situation. Es kommen kreative Methoden zum Einsatz. Sie sehen neue Wege, überraschende Ressourcen, passende Lösungen.

Kompetenzen und Erfahrungen



Anke Durt
(Jahrgang 1964)

Beraterin, Coach, Supervisorin,
Trainerin seit 1994

- System- und Familienaufstellerin
- Transaktionsanalyse Masterclass
- NLP Master
- Personalberaterin im Dienstleistungssektor
- Abteilungsleiterin im Schulungsbereich
- Personalfachfrau
- Staatl. gepr. Betriebswirtin

Persönliche Weiterbildung und die stete Erweiterung meiner Kompetenzen sind für mich selbstverständlich.

Weitere Information finden Sie unter www.ankedurt.de. Oder sprechen Sie mich einfach an! Ich bin gerne für Sie da.

Der individuelle Weg zur Lösung

Jeder Mensch ist unverwechselbar, jedes Unternehmen hat ganz spezifische Anforderungen. Und ebenso verschieden sind auch die Ansätze für Interventionen und Problemlösungen.

Eine lebendige und vertrauensvolle Atmosphäre bildet den Rahmen meiner Arbeit. Hier bleibt Ihre Persönlichkeit geschützt und Ihre Einzigartigkeit gewahrt. Der Fokus liegt auf Ihren Bedürfnissen und Zielen.

Mein Vorgehen ist transparent und strukturiert, enthält detaillierte Analysen und ehrliche Reflexionen. Wir orientieren uns an bestimmten Situationen und entwickeln umsetzbare Lösungen. Diese werden von Ihnen mit dem Alltag verknüpft, damit sie ihre Wirkung entfalten.

Die Erfolge werden spürbar, erlebbar und konkret.

Angebote, Themen und Projekte

- Umgang mit Stress und Burnout
 - Konfliktlösungen mit Vorgesetzten, Mitarbeitern und Kollegen
 - Besprechungskultur – vom Meeting bis zum Interview
 - Diskretion versus Nähe
 - Auftreten, Präsentation und Körpersprache
 - Interview- und Gesprächsführung
 - Emotionen im Berufsleben
 - Kundenkontakte – Kundennähe
 - Selbstwertgefühl und Selbstsicherheit
 - Blockaden lösen
 - Entscheidungen treffen
 - Sich zeigen – Lebensstil und Mut
 - Investitionen tätigen – Geld, Zeit, Energie ...
 - Machtverhältnisse und -spiele
 - Konfliktlösungen in Beziehungen
 - Berufseinstieg und -wechsel
 - Eltern und Schule
-
- „Walk & Talk“ – Beratung und Wanderung mit Tieren*
 - „Natur & Raum“ – System. Aufstellung und Bergsteigen, Fokus Team*
 - „Atmen-Sprechen-Präsenz“ – Systemische Lösung von Stimmblockaden*

* Kooperationsprojekte mit ausgewählten Partnern



ANKE DURT

Katharinenstr. 6 b ■ 86899 Landsberg am Lech
Tel: 0 81 91-97 37 088 ■ Mobil: 0 177-70 69 590
www.ankedurt.de ■ info@ankedurt.de

SEMINARE 2013

System- und Familienaufstellung
SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM ZIEL

■ ■ ■

Systemische Aufstellung,
Atem- und Stimmtraining
SICH „STIMMIG“ PRÄSENTIEREN

■ ■ ■

Systemische Aufstellung,
Atem- und Stimmtraining
**DER ANDERE INFOABEND
HÖREN, SEHEN, ERLEBEN!**



Katharinenstr. 6 b ■ 86899 Landsberg am Lech
Tel: 0 81 91-97 37 088 ■ Mobil: 0 177-70 69 590
www.ankedurt.de ■ info@ankedurt.de

WORKSHOPS 2013

LERNEN HEUTE

Wie kann ich mein Kind gut unterstützen?

• • •

WIR SIND EIN PAAR

Sprechen wir die gleiche Sprache
oder brauchen wir einen Dolmetscher?

• • •

GUT GELAUNT UND MUNTER IN DEN TAG

Wie finde ich zu mehr Lebensfreude,
Ausgeglichenheit und Mut?

• • •

DIE „HEIßE PHASE“ IN DER LEBENSMITTE

Mit Lust und Kraft in eine neue Zeit

• • •

DIE JAGD IST - NOCH NICHT - ZU ENDE!

Die Hälfte ist erreicht und was kommt jetzt?
Die Midlife Crisis und ihre Perspektiven

• • •

HART AM LIMIT

Vom Stress zur Ausgeglichenheit

Termine und alle Details finden Sie unter
www.ankedurt.de

Ich freue mich auf Sie!