



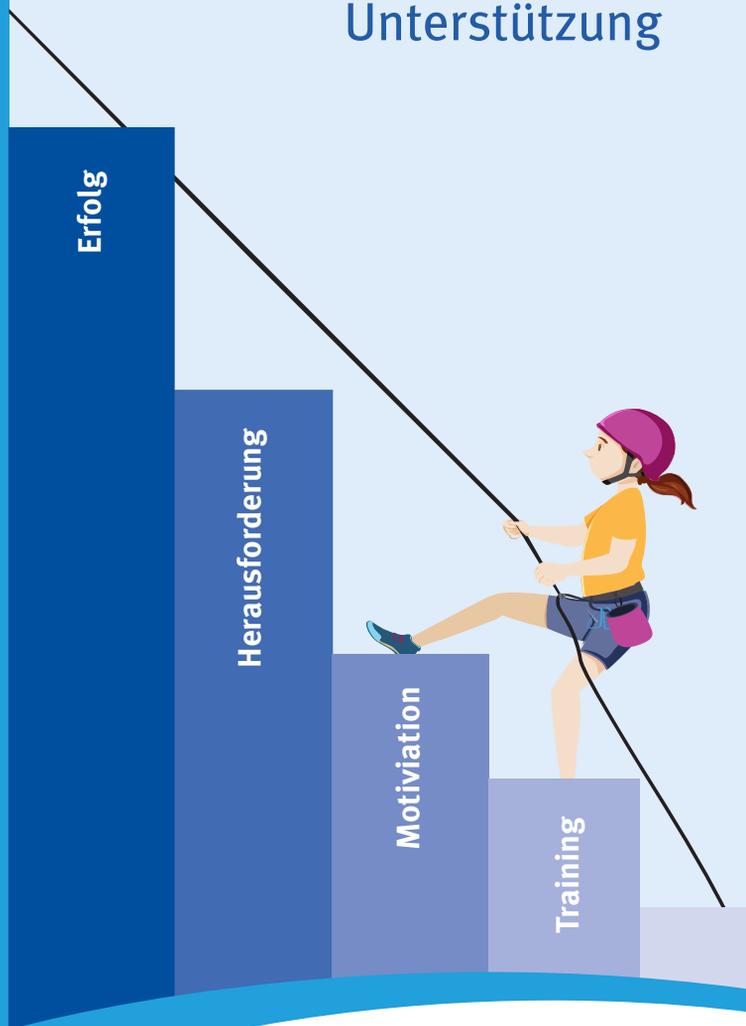
Mein Name ist Dr. Sabine Lang. Ich bin eine zertifizierte Coachin und coache seit mehreren Jahren Menschen unterschiedlichster Herkunft zu komplexen persönlichen Fragestellungen.

Seit vielen Jahren bin ich als Juristin im Personalbereich eines großen Unternehmens tätig und mit allen Problemen, die in einem Arbeitsleben vorkommen können, vertraut. Aber das war/ist mir nicht genug. Mich interessiert über das Berufsleben hinaus, was Menschen antreibt, was sie bewegt, wie und warum sie welche Wege gehen. Meine vielfältigen Erfahrungen im beruflichen Kontext habe ich mit einer Coaching- und Mediationsausbildung vervollständigt. Dies ermöglicht mir, Menschen in verschiedenen Lebenssituationen professionell zu begleiten.

Über diesen beruflichen Kontext hinaus bin ich neugierig, engagiere mich gern sozial und bin fasziniert von anderen Welten. Ich habe 2015 das Welcome Dinner Potsdam gegründet, das 2016 mit dem Verein „Hand in Hand“ fusioniert hat. Ich war bei der Berliner Obdachlosenhilfe tätig, war Mitglied im Vorstand des Synagogenfördervereins in Potsdam, habe 24 Jahre im Chor gesungen, reise unheimlich gern und laufe ab und zu einen Marathon.

# Coaching

Beratung und  
Unterstützung



„Man kann einem Menschen nichts beibringen, man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“

Galilei

**Bin ich eigentlich zufrieden?**

**Welche Entwicklungsmöglichkeiten habe ich?**

**Wie kann ich meine Ziele im Leben erreichen?**

**Kann ich in meinem Leben etwas ändern - trotz meiner Erkrankung?**

**Ist mein Job noch der richtige für mich?**

Fragen, die jeder Mensch mit (und ohne) Mukoviszidose kennt. Mal beschäftigen sie einen mehr, mal halten sie sich im Hintergrund. Aber wenn sie einem gar nicht mehr aus dem Kopf gehen oder eine Entscheidung bzw. die persönliche Entwicklung hemmen, kann ein Coaching eine gute Hilfe sein.

## Was ist Coaching?

Coaching ist ein strukturiertes Gespräch mit dem Ziel, Antworten auf verschiedene Fragen der eigenen Lebensgestaltung zu finden. Das Besondere dabei ist, dass im Coaching durch die Begleitung eines Coaches die Antworten nicht vorgegeben, sondern gemeinsam entwickelt und gefunden werden. Somit passt die Lösung genau auf das eigene Leben, die eigenen Möglichkeiten und Lebensumstände.

## Was kann Coaching bewirken?

Die Coaching-Gespräche bieten einen objektiven Blick von außen durch einen ausgebildeten und zertifizierten Coach oder eine Coachin. Ratsuchende erhalten die Möglichkeit, eigene Denkmuster und Gefühle zu reflektieren. Dadurch entstehen Lösungsmöglichkeiten für die spezifischen Probleme, u.A. zu den Themen:

- Beruf, Berufsfindung & Entwicklungspotenziale
- das Erreichen persönlicher Ziele
- Mukoviszidose und Partnerschaft
- zum Umgang mit einer chronischen Erkrankung
- Stressmanagement und Work-Life-Balance
- Selbstmanagement im Beruf und Alltag

## Sie haben Interesse?

Der Mukoviszidose Landesverband Berlin-Brandenburg e.V. bietet den Betroffenen mit Mukoviszidose ab 16 Jahren kostenlose Coaching-Sitzungen an. Für dieses Angebot steht Ihnen Frau Dr. Sabine Lang als erfahrene Coachin zu Verfügung. Die Sitzungen dauern je nach individueller Fragestellung bis zu 90 Minuten und können in bis zu fünf gemeinsamen Treffen bearbeitet werden.

Für weitere Fragen oder Interesse an einem Vorgespräch, melden Sie sich beim Mukoviszidose Landesverband Berlin-Brandenburg e.V. unter:

**Telefon:** +49 30 / 40 30 19 53

**E-Mail:** [kontakt@muko-berlin-brandenburg.de](mailto:kontakt@muko-berlin-brandenburg.de)

**Web:** [www.muko-berlin-brandenburg.de/coaching](http://www.muko-berlin-brandenburg.de/coaching)