



NORMA Group Holding GmbH • Edisonstraße 4 • D-63477 Maintal

*mindyourlife* | Hendrik Wahler  
Xaveriusweg 7  
55131 Mainz

**NORMA Group Holding GmbH**

Postfach 1149  
D-63461 Maintal

Edisonstraße 4  
D-63477 Maintal

Tel.: +49 (6181) 403-0  
Fax: +49 (6181) 403-210  
info@normagroup.com  
www.normagroup.com

**NORMA Group**

## **Business Coaching bei der NORMA Group Holding GmbH**

Anlass des „**Business Coachings**“ war ein mehrwöchiger Ausfall eines Mitarbeiters der Norma Group Holding GmbH aufgrund einer Burnout-Problematik. Das Business-Coaching von *mindyourlife* ging über einen Zeitraum von neun Monaten und umfasste 10 Einzelcoaching-Sitzungen à 50 Minuten. Die Ziele des Coachings waren die Verhinderung eines zukünftigen Burnouts, die Verbesserung der eigenen Leistungsfähigkeit wie Konzentration, sowie die Arbeit an der Kommunikation mit dem Vorgesetzten. Durch das Training von Stressbewältigungskompetenzen und der Bereitschaft des Mitarbeiters, diese auch langfristig umzusetzen, konnte für den Mitarbeiter langfristig eine höhere Belastbarkeitsschwelle sichergestellt werden. Die Evaluation des Coachings durch den Vergleich von Stressfragebögen vor bzw. nach den 10 Coaching-Sitzungen fiel sehr gut aus.

Unser Mitarbeiter hat sich durch das Training positiv weiter entwickelt. Er hat gelernt, seine Belastbarkeit zu steigern und ist aufgrund des Business Coachings stress-resistenter geworden.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Monika Jestädt'.

i.V. Monika Jestädt  
HR Business Partner  
Norma Group Holding GmbH