

COACHING

Coaching er for mennesker, der ønsker at foretage aktive valg i livet i stedet for at opleve, at det kører af sted med dem. Det er for mennesker, der ønsker at lære om sig selv, om de relationer de indgår i og som ønsker indflydelse på deres eget liv.

Coaching behøver ikke at tage udgangspunkt i problemer, men kan udspringe af ønsket om forbedring. Det kan bruges i forhold til alle slags udfordringer, som man står overfor, og på alle livsområder, hvad enten der er tale om private – eller arbejds-/karrieremæssige udfordringer mv.

Coaching handler således om at sætte en udviklings- eller forandringsproces i gang, hvor processen resulterer i en dybere indsigt og større forståelse af tidligere valg. Det giver mulighed for at træffe nye valg på et højere niveau, som giver bedre mening og større tilfredshed.

En god coachsession, som skal støtte en udviklingsproces, åbne for potentiale og skabe kompetence mv., bygger på kontakt, respekt, tillid, ligeværdighed, tryghed, rummelighed, anerkendelse og ikke mindst frivillighed.

Coaching er en meget velegnet metode til at skabe afklaring, når du ikke ved, hvad du vil, eller når du ikke ved, hvad du skal gøre for at komme derhen, hvor du ønsker at være (eller hvor der er krav om, at du skal være fx i forbindelse med dit job). Coaching guider dig således frem til den afklaring, du søger.



Ring på 4074 8185