



COACHING

Hoe kun je je persoonlijke kracht versterken en blijvend vanuit je persoonlijke kracht handelen?

Wil je meer inzicht in jezelf, jezelf verder ontwikkelen en daadwerkelijk stappen zetten die bij jou passen? Dan past deze doelgerichte en persoonlijke maatwerk coaching bij jou.

Voorbeelden uit mijn coachpraktijk, waarin deelnemers daadwerkelijk concrete stappen hebben gezet, zijn:

- Je wilt je zelfvertrouwen vergroten, krachtiger en zelfverzekerder communiceren en je niet langer onzeker voelen.
- Je wilt je impact op je omgeving vergroten, anderen makkelijker meekrijgen, prettiger samenwerken en communiceren.
- Je wilt meer kunnen overlaten aan anderen.
- Je wilt de hoogte van de lat zelf kunnen beïnvloeden en niet langer last hebben van druk, stress, falen of onzekerheid.
- Je wilt weten wat je echt wilt en meer inzicht in jezelf.
- Je wilt makkelijker je grens aangeven.
- Je wilt een betere work / live balance.
- Je wilt op je werk / privé lekkerder in je vel zitten.
- Je wilt meer rust, minder piekeren en lekkerder slapen.

OVER FROUKJE

Ik help individuen, teams en organisaties om (nog meer) vanuit hun eigen kracht te handelen, zich verder te ontwikkelen en hun potentieel (nog meer) te benutten met als resultaat blijvende gedragsverandering en meer effectiviteit.

Ik geloof dat mensen die vanuit hun passie en kracht handelen, meer energie en plezier in hun leven hebben én succesvoller zijn.

IK GARANDEER JE JE TEVREDENHEID

Alle deelnemers geven (ook na een half jaar) aan dat de coaching zinvol is geweest en dat ze de nieuwe inzichten nog steeds in de praktijk toepassen: daarom durf ik je tevredenheid te garanderen!

DOELGERICHTE EN PERSOONLIJKE AANPAK

Voorafgaand aan de coaching, zijn je persoonlijke doelen concreet voor je uitgewerkt en krijg je een beeld van hoe het programma kan bijdragen aan het bereiken van je doelen.

Tijdens de coaching staan deze persoonlijke doelen centraal en krijg je die inzichten, die jou helpen om daadwerkelijk stappen te zetten in je persoonlijke ontwikkeling. Een doelgerichte aanpak en effectieve interventies die zich in de praktijk hebben bewezen.

In de coaching wordt gebruik gemaakt van de inzichten van NLP, Transactionele Analyse, Systemisch Werken, Stephen Covey, leiderschap, mindfulness, breinleren en psychologie, die leiden tot groei en blijvende gedragsverandering.

WAT BEREIK JE MET DIT PROGRAMMA

In vijf coaching sessies, van ieder twee uur per sessie, bereik je dat je daadwerkelijk stappen zet in je persoonlijke doelen, zodat je meer vanuit je persoonlijke kracht handelt.

Hiermee bereik je dat je daadwerkelijk meer vanuit je persoonlijke kracht en authenticiteit handelt en een effectievere manier van denken en doen eigen maakt. Bovendien communiceer je makkelijker, weet je beter wat je echt wilt en handel je hier naar.

VOOR WIE

Deze persoonlijke en doelgerichte maatwerk coaching is zinvol voor iedereen die zichzelf verder wil ontwikkelen en daadwerkelijk stappen wil zetten, die bij jou passen. Je krijgt waardevolle inzichten in je persoonlijke ontwikkeling.

SEP

Ik ben heel benieuwd naar je reactie op deze uitnodiging en hoop je snel te zien!

Met inspirerende groet,
Froukje

INSPIRED MOVEMENT

Froukje van der Lende
Bilderdijkstraat 44
2013EK Haarlem
M: 06-48185580
E: froukje@inspiredmovement.nl
W: www.inspiredmovement.nl
KvK nummer: 64989461

