



Welke coaching past bij u?

Afgestemd op uw vraag maak ik gebruik van een keuze uit of een combinatie van de volgende coachingsvormen

Persoonlijke coaching

- Balans werk-prive
- Kracht, talent, passie

Compententiegericht coachen

- Ontwikkelingsgericht
- Eigen effectiviteit vergroten
- Communicatieve vaardigheden versterken

Gezondheids coaching

- Stress-burnout- vitaliteitsklachten
- Fysieke beperkingen hanteren in dagelijks leven

Biofeedback

- Stress- en emotieregulatie
- Door zelfsturing van adem- en hartritme
- Thuis oefenen
- Zichtbaar op computer en door oefenen van adem te sturen

NLP coaching

- NLP helpt mensen om de wisselwerking tussen gedachten, emoties, overtuigingen en gedragingen zo te veranderen dat ze tot bloei komen Zie pdf



Loopbaancoaching

- Talenten en mogelijkheden
- Eigen doelen bepalen
- Outplacement
- Verzuim
- Reintegratie
- Jobcoaching

Powercoaching

- Intensief
- Kortdurend
- Inspiratie
- Ordening
- Nieuwe inzichten

Communicatieworkshops

- Gericht op zelf ervaren
- Op een andere manier kijken
- Nieuwe perspectieven
- Out of the box