



Opleidingen

PERSONAL COACHING, Haal het beste uit uzelf!

Voor uzelf of één van uw medewerkers die de hulp goed kan gebruiken.

- Leeft u op dit moment het leven zoals u zou willen? Of dat nóg niet?
- Welke keuzes maakt u?
- Welke richting wilt u op?
- Wat wilt u bereiken in vijf jaar?
- Hoe succesvol wilt u zijn?
- Hoe voelt u zich?

Het zijn allemaal vragen die vaak gesteld worden en waar vanuit gegaan wordt dat u er direct een antwoord op hebt. En het liefst ook nog eens een heel positief en energiek antwoord ... Hoe herkenbaar is het wanneer u dat niet hebt?!

In onze Personal Coaching gaan de ervaren coaches van COW Business Coaching op een vertrouwelijke en veilige manier aan de slag met uw gevoel, uw gedrag en wat u daarmee bereikt. We werken met uw persoonlijke drijfveren, dat wat u energie geeft en we kijken naar de balans tussen energie krijgen en kwijtraken. We zorgen voor blijvende gedragsverandering door gebruik te maken van NLP, Hypnotherapie en Time Line therapie.

Bij persoonlijke coaching kunt u denken aan life coaching, stress/burnout coaching (of juist het voorkomen van deze symptomen), breakthrough coaching en performance coaching. Mooie termen maar het gaat vooral om u en uw persoonlijke vraag.

Na het persoonlijke intakegesprek geven wij aan wat wij voor u kunnen betekenen, op welke manier wij uw hulpvraag aanpakken, met als doel deze hulpvraag samen op te lossen.

Wilt u nu een afspraak maken om te horen hoe wij u kunnen helpen? Neem dan [hier](#) contact met ons op.