

INDIVIDUELE COACHING

Jouw potentieel activeren met coaching op maat

Wil je groeien, maar weet je niet precies hoe?

Met individuele coaching helpen we je bij het bereiken van je doelen – of het nu gaat om persoonlijke ontwikkeling, meer zelfvertrouwen of het verbeteren van communicatieve vaardigheden.



IS COACHING GESCHIKT VOOR JOU?

Deze coachsessies zijn perfect voor iedereen die vastloopt, twijfelt of klaar is voor verandering. Voor wie meer zelfvertrouwen, balans en grip wil krijgen in werk en privé.

Deze sessies zijn ideaal als je:

- Op zoek bent naar rust, overzicht en helderheid
- Het gevoel hebt vast te zitten en wilt doorbreken
- Twijfelt over belangrijke keuzes en richting zoekt
- Je zelfvertrouwen en veerkracht wilt versterken
- Bewust wilt groeien en echt wilt activeren wat in jou zit

Met deze coaching krijg je de handvatten om zelfverzekerd en doelgericht je eigen pad te kiezen. Zet vandaag nog de eerste stap.

OPBOUW VAN DE COACHSESSIES

De eerste coachsessie duurt 2 uur, zodat we uitgebreid de tijd nemen om jouw hulpvraag helder te krijgen. We brengen samen in kaart wat jij echt wilt veranderen en bereiken, zodat we een sterke basis leggen voor het traject.

Vervolgens volgen sessies van 1,5 uur waarin we gericht en stap voor stap werken aan jouw persoonlijke ontwikkelplan. Dit plan is volledig afgestemd op jouw situatie, wensen en doelen.

Tijdens de sessies verhelderen we jouw doelen en werken we aan praktische stappen die leiden tot duurzame verandering. Jij blijft altijd zelf aan het roer staan, terwijl ik je ondersteun, motiveer en help scherp te blijven.

Op deze manier zorgen we samen voor resultaat dat écht bij jou past en dat je ook op de lange termijn verder helpt.

WAT LEER JE TIJDENS DE COACH SESSIES?

Je werkt aan de verbinding tussen wie je bent en wat je wilt bereiken, zowel professioneel als persoonlijk. Je krijgt inzicht in jouw drijfveren en patronen.

Thema's die aan bod komen:

- Effectiever communiceren en grenzen stellen
- Zelfvertrouwen versterken
- Omgaan met veranderingen
- Balans tussen werk en privé
- Kiezen wat echt bij jou past

De sessies zijn praktisch en afgestemd op jouw situatie. Jij bepaalt het tempo, ik help je helder te krijgen wat je wilt.

WAAROM KIEZEN VOOR COACHING?

Coaching helpt je stil te staan bij wat er speelt, zowel professioneel als persoonlijk. Wat je op werk ervaart, raakt wie je bent.

Je kiest voor coaching die:

- Ruimte geeft voor groei op beide vlakken
- Praktisch en helder is
- Veilig en vertrouwelijk is
- Inzicht en handvatten biedt
- Je helpt keuzes maken die bij je passen

Of je wilt groeien, stilstaan of richting bepalen: coaching brengt je dichterbij jezelf.



- Op afspraak



- Rijnhavenkade 8 2404HB Alphen aan den Rijn



- 1,5 uur per sessie



- €225,- excl. BTW / sessie
 - BTW Korting: voor particulieren is dit bedrag incl. BTW

Inschrijven

Wil je je direct inschrijven?

Heb je nog vragen over individuele coaching?

<https://potentialactivation.nl/individuele-coaching/>

Opleidingsbudget

Heb jij vanuit jouw werkgever beschikking over een opleidingsbudget? Dan kan je dat inzetten. Check of Potential Activation erbij staat in de opleidingsomgeving van jouw organisatie. Je kan je dan gemakkelijk en direct via daar inschrijven.

