

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?

Coaching is er voor iedereen die merkt vast te lopen, twijfelt over belangrijke keuzes of klaar is voor verandering. Het helpt je als je meer rust en overzicht wilt, op zoek bent naar richting of behoefte hebt aan meer zelfvertrouwen en veerkracht. Ook wanneer je voelt dat er meer in je zit dan eruit komt, biedt coaching je de ruimte en ondersteuning om dat echt te gaan benutten.

OPBOUW VAN DE COACHSESSIES

Het traject start met een uitgebreide sessie van twee uur om jouw hulpvraag scherp te krijgen. We onderzoeken waar je staat, wat je belemmert en waar je naartoe wilt. Op basis daarvan stellen we een persoonlijk ontwikkelplan op. In de daaropvolgende sessies van anderhalf uur werken we stap voor stap aan jouw doelen. Je blijft daarbij zelf aan het roer, terwijl ik je ondersteun met structuur, reflectie en richting.

WAT GA JE LEREN?

Tijdens de sessies ga je aan de slag met thema's die raken aan wie jij bent en waar je naartoe wilt. Je krijgt inzicht in je patronen, leert effectiever communiceren, versterkt je zelfvertrouwen en ontdekt wat voor jou echt belangrijk is. We staan stil bij de balans tussen werk en privé, het omgaan met veranderingen en het maken van keuzes die passen bij jouw leven en ambities.

WAAROM KIEZEN VOOR COACHING?

Coaching biedt een veilige en vertrouwde omgeving waarin je stilstaat bij wat er speelt, zowel professioneel als persoonlijk. Het helpt je om weer regie te pakken, helderheid te creëren en keuzes te maken die écht bij je passen. Of je nu wilt groeien, iets wilt doorbreken of juist op zoek bent naar rust: coaching brengt je dichterbij jezelf en geeft je de tools om vanuit kracht verder te gaan.



- 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.

