

FORLØB STYRKER OG VÆRDIER

Coaching i styrker handler om at have fokus på og udviklingen indenfor de styrkeområder, du allerede er bedst til.

Udgangspunkt til det bedre liv:

Vi indeholder alle 24 positive styrker, der er med til at identificere, hvem vi er, og hvordan vi reagerer i givne situationer.

Efter første indledende samtale vil du blive bedt om at tage en test, hvor dine styrker vil blive i den rækkefølge, der matcher dine svar. Ingen svar er forkerte – de beskriver dig.

De 5 øverste styrker er især med til at øge selvbevidstheden og selvtilliden, dyrke større glæde og finde større velvære. Det er også de styrker, der ligger til grundlag for vores samtaler, når du bliver bevidst om dem og dermed også vil kunne arbejde med dem for at ændre vaner.

Du skal være forberedt på at arbejde med dig selv fra gang til gang, så du skal sætte tid af til dette, og jo mere du investerer dig, des større udbytte vil du få af denne coaching.

Hvad handler coaching i styrker om?

- * Fokus og udvikling
- * En spændende proces
- * Værktøjer, tilgang og adfærdsmønstre
- * Det bedste udbytte
- * Nyt fundament
- * Din passion, din glæde, din trivsel

Et 3-måneders forløb består af:

- * En gratis indledende samtale for at finde ud af, om der er et match til forløbet
- * Forløbet indeholder 10 samtaler á 60 minutter
 - * Fysisk møde ved første, fjerde, syvende og tiende samtale
 - * Øvrige samtaler er online, medmindre du ønsker fysisk møde ved hver samtale
 - * Fri sparring under hele forløbet

Pris for forløbet:

Forløbet koster 12.500 kr. ved både fysisk og online samtaler. Ved fysiske samtaler gennem hele forløbet koster det 17.000 kr.

Rabat på 20% kan opnås, når:

- * Du kan fremvise studiekort
- * Du kan fremvise dokumentation på, at du er pensionist

Ved mere end 30 km kørsel hver vej kan der blive tillagt en merudgift på 1,00 kr./km.

Tilmelding:

Når du har besluttet dig for, at du gerne vil investere i dig selv og dit ønske om en bedre måde at forholde dig til dine styrker på, kan du kontakte mig:

- * cg@cgcoach.dk
- * mobil 51 91 16 00

Garanti:

Der ydes ikke behandlingsgaranti. Dog vil dine realistiske mål blive sat i forbindelse med den indledende samtale, og så længe du aktivt arbejder med forløbets opgaver undervejs, betyder det, at du vil nå det/de mål, du har sat dig.

Om Charlotte Grønberg:

Forløbet "Styrker og værdier" er under ledelse af Charlotte Grønberg.

Gennem min coachuddannelse blev jeg præsenteret for de 24 værdier. De har givet mig indblik i muligheder for at bruge egne stærke til at udvikle mig, gøre mig stærkere og langt bedre til at håndtere de kriser, jeg møder i mit liv. I starten af min proces brugte jeg en del tid på at være opmærksom på, hvornår jeg kunne gøre noget anderledes – gøre noget bedre. Denne bevidsthed aftog efter et stykke tid, og i dag kommer disse input fra min underbevidsthed. Nu handler jeg på disse værdier, og til tider stopper jeg op og til stadighed bliver overrasket over, hvad denne proces har gjort for mig.

Jeg er certificeret coach indenfor Positiv Psykologi og ledelse, og herudover er jeg certificeret protreptiker, hvilket giver mulighed for den gode og dybe filosofiske samtale.