



Med fokus på förändringsprocesser som leder till resultat inom ledarskap och personlig utveckling.

Förändrings- och resultatcoaching

Vi fokuserar på att skapa det resultat som du önskar inom ditt förändringsområde där du också är villig att göra det som behövs för att nå ditt mål. Du kommer att lära dig en process som du sedan kan använda inom andra områden för att nå dina mål!

Målgrupp

- Du som vill ha en förändring som sedan kommer att påverka resten av ditt liv positivt
- Du som är chef/ledare och som vill ha förändring och utveckling för att få ut mer av dig själv
- Du som vill urskilja och förstå dina drivkrafter och styrkor för att prestera på topp
- För dig som vill bli en bättre ledare för dina medarbetare, din enhet och för företaget!

Målet med förändrings- och resultatcoaching

- Hitta ditt "varför"
- Identifiera och utveckla dina styrkor
- Sätta meningsfulla mål för framtiden
- Organiserar och strukturerar dig själv till framgång
- Högre välmående för dig själv och dina medarbetare
- Nå privata mål
- Höja, samla och rikta din energi

Innehåll

- Hitta ditt "varför"
- Intentionen - att fokusera i informationsflödet
- Reglera ditt inre tempo
- Din story
- Prestera på ett hållbart sätt
- Urskilja vad du behöver för att prestera optimalt på ett hållbart sätt
- Släpp taget och öppna för nytt - rensa ut för att göra plats för framgång och välmående
- Mental Träning för bättre återhämtning

Ledarcoaching

För dig som verkligen vill skapa nya resultat inom något område i ditt liv, både professionellt och privat. Genom förändringsprocesser och transformativt lärande får du de verktyg du behöver för att skapa nya resultat inom de områden du önskar med fokus på ett tydligare ledarskap, högre energi och bättre välmående.

Upplägg

Programmet inleds med ett individuellt möte för genomgång av dina analyser, samt att urskilja ditt fokusområde. Under våra möten samtalar vi kring frågor som är angelägena för dig personligen och din verksamhet, samtidigt som jag bidrar med beprövade metoder och struktur.

- Programmet pågår under 12 veckor
- 1 st uppstartsmöte om ca 1,5 tim live eller per telefon
- 1 st StrengthsFinder test samt 1st DiSC-analys
- 6 coachsamtal, per telefon eller live, 55 min/ gång
- Fria "Akut samtal" per mail, sms eller telefon vid behov, ca 15 min/gång

Mellan varje tillfälle kommer du få hemuppgifter och som skall rapporteras 1 ggr/veckan. Upplägget kommer att skraddarsys efter det att vi har identifierat din vision och uppsatta mål.

Bor du utanför Stockholm eller Sverige har vi möten per telefon eller Skype.

Välkommen att kontakta mig!