

NABÍDKA ŽIVOTNÍHO KOUČINKU PRO KLIENTY AMELIE, o.s.

Milí klienti Amelie,

i v tomto roce Vám nabízím možnost pracovat na osobním rozvoji prostřednictvím individuálního životního koučinku.

Jmenuji se Adéla Vlačihová a od roku 2013 jsem certifikovaným koučem. S občanským sdružením Amelie spolupracuji jako dobrovolný lektor od roku 2014. Více informací o mně najdete zde: www.adelavlachova.cz.

Co je koučink a kdy ho využít?

Koučink je metoda poradenství orientovaná na dosažení výsledků.

Přejete si například:

Učit se cizím jazykům, věnovat odbornému studiu?

Vylepšit se v hospodaření s volným časem nebo financemi?

Zdokonalit se v komunikaci s partnery, dětmi, přáteli, kolegy, nadřízenými, lékaři, atd.?

Posílit svou sebejistotu v období návratu do zaměstnání?

Naučit se pracovat s negativními emocemi?

Nalézt cestu k vnitřní rovnováze a podpořit ji zdravým životním stylem?

Pokud jste na některou z otázek odpověděli kladně, koučink může být právě pro Vás efektivní pomocí, jak cílů dosáhnout.

Pro koho je koučink určený?

Je určený pro každého, kdo je motivovaný ke změně, má předsevzetí a plány, kterých chce dosáhnout, ale dlouhodobě a opakovaně se mu to samotnému nedaří.

Pro koho není koučink určený?

Pro dobrovolníky Amelie, o.s. nebo pro klienty, kteří této nabídky využili v minulosti.

Jak pracuje kouč?

Kouč nedává přímé rady a doporučení, ale pomocí otevřených otázek hledá řešení společně s klientem.

Jak koučink probíhá?

Koučink je, v rámci této nabídky, poskytován zdarma.

Probíhá ve formě předem domluveného osobního setkání kouče a klienta v prostorách Amelie o.s., Praha 8.

Jedno setkání trvá 55 minut.

Frekvence setkání je 1x týdně, případně 1x 14 dní. Dodržení pravidelné docházky je důležitým předpokladem úspěšné spolupráce.

Počet doporučených setkání je minimálně 4 a maximálně 8.

Jak se na koučink přihlásit?

Máte-li o spolupráci se mnou zájem, kontaktujte, prosím Centrum Amelie Praha – Mgr. Šárku Slavíkovou, emailem: centrum.praha8@amelie-os.cz nebo na tel: 283 880 316, 739 001 123.