

## Om coaching

### Resurser

Att arbeta som coach, för mig, är att hjälpa dig identifiera dina egna resurser.

### Metoder

Jag arbetar endast med beprövade metoder som visat sig vara mycket framgångsrika.

### Arbetsätt

Som coach är jag inriktad på förståelse, en tro på dig och din kapacitet och är hängiven din framgång. Du kan förvänta dig att jag kommer att utmana dig och erbjuda dig nya perspektiv. I vissa fall kan jag utmana dig och ditt omedvetna och du kommer att upptäcka att du har massor i dig som ännu du ännu inte använt. Men jag kommer också att ställa krav på dig och det kan inkludera hemuppgifter mellan våra träffar.

### Resultat

Du kommer att lämna mig full av energi och en vilja att gå vidare.

Vid vissa tillfällen kan vi lösa din utmaning vid ett tillfälle och ibland kan vi behöva träffas flera gånger.

### Coaching

Jag är utbildad som coach, inte som psykoterapeut eller läkare och jag är inte utbildad i att diagnostisera psykologiska eller medicinska åkommor. Om några saker skulle dyka upp som bör hanteras av en legitimerad terapeut eller läkare kommer jag föreslå att du tar hand om dig genom att kontakta lämplig yrkesutövare.

## **Sekretess**

Jag har fullständig tystnadsplikt i det som behandlas mellan dig och mig.