

35. Πώς μπορώ να θέσω νέες προτεραιότητες και στόχους στη ζωή μου. Θέλω να αναπροσαρμόσω και να επανεφεύρω τον εαυτό μου

Ζούμε σε ένα περιβάλλον συνεχώς μεταβαλλόμενο, όπου οι υποχρεώσεις και οι απαιτήσεις διαρκώς αυξάνονται. Πολλές φορές, οι άνθρωποι δυσκολεύονται να ανταποκριθούν στις διάφορες καταστάσεις και στα διάφορα είδη εμπειριών που προκύπτουν, ενώ δεν μπορούν να βρουν τους σωστούς τρόπους διαχείρισης ενός προβλήματος ή το κατάλληλο άτομο για να στραφούν για βοήθεια ή στήριξη. Σε αυτές τις περιπτώσεις και όχι μόνο, το coaching μπορεί να αποδειχθεί μία πολύ χρήσιμη επιλογή. Το Coaching αποτελεί ένα νέο πεδίο που έχει αντλήσει στοιχεία από προϋπάρχουσες θεωρίες και πρακτικές. Ωστόσο, πρόκειται για μία διεπιστημονική προσέγγιση που εφαρμόζεται για την αλλαγή της συμπεριφοράς.

Στα ατομικό αυτό σεμινάριο θα μάθετε για το Coaching, τους κυριότερους ορισμούς του, τα είδη, τις αρχές του, σε ποιους απευθύνεται, καθώς και για τα προσόντα, τα χαρακτηριστικά και τις γνώσεις του coach.

Στη συνάντηση με το σύμβουλο επιμόρφωσης θα συζητήσετε θέματα που αφορούν την εξερεύνηση νέων επιλογών, καθώς και τους τρόπους επίτευξης των στόχων σας, μέσω της αξιοποίησης του πλήρους δυναμικού σας και την ανάπτυξη των ιδιαίτερων ικανοτήτων σας, ώστε να κάνετε τις απαραίτητες αλλαγές και να βελτιώσετε τη ζωή σας.