

Coaching:

Coaching bij 4PO is maatwerk. Wij starten onze trajecten altijd met een intake. Doel van de intake is om te onderzoeken of er een persoonlijke klik is, met welke vraag we aan de slag gaan en welk globaal doel we willen halen. De inrichting van het traject en de duur gaat altijd in overleg. In het traject kan gekozen worden voor:

- Een standaard coach sessie van 1 uur á € 75,00
- Een dagdeel coaching van 3,5 uur á € 250,00
- Een dag coaching van 8 uur (inclusief 1 uur pauze) € 500,00

Relatie coaching:

Relatie coaching is bestemd voor relaties in welke vorm dan ook. Soms loopt het niet lekker met je partner, een vriend of vriendin, een collega, je zus/broer of ouder. Vaak zit je hierin beiden vast in eigen patronen en denkstijlen waardoor het lastig is om nader tot elkaar te komen. 4PO kan hierbij ondersteunen in zowel individuele- als gezamenlijke sessies.

Ook de relatie coaching is maatwerk bij 4PO. Wij starten onze trajecten altijd met een korte intake. Doel hiervan is om te kijken of wij kunnen ondersteunen bij de vraagstelling, of er een persoonlijke klik is, of er bij alle partijen bereidheid is om de situatie te veranderen. De inrichting van het traject en de duur hiervan wordt in overleg bepaald. In dit traject kan gekozen worden voor:

- Een standaard individuele coachsessie van 1 uur á € 75,00
- Een standaard gezamenlijke coachsessie van 1 uur á € 120,00
- Een dagdeel gezamenlijke coaching van 3,5 uur á € 400,00
- Een dag gezamenlijke coaching van 8 uur (inclusief 1 uur pauze) á € 800,00.

Master Your Life Coaching

We erkennen doorgaans te weinig waar we voor staan en hebben de gewoonte om onze eigen kwaliteiten af te wijzen. Lef is nodig om voor je zelf te gaan staan en dit ook uit te dragen. Je hebt moed en overtuiging nodig om voor je eigen puurheid te gaan staan en hiervan uit te kunnen handelen.

De Master Your Life (cirkel)methodiek is erop gericht is om de puurheid waarmee je bent geboren weer te ontsluiten en meer toe te laten in je leven. Je puurheid heeft je nooit verlaten, die is altijd in jou. Wanneer je inzicht krijgt in je eigen ontwikkeling ontstaat er begrip en berusting. Waar kom je vandaan, waar wil je naar toe, wat heb je ervoor nodig om in je kracht te gaan staan? Het inzicht en de berusting hebben een weldadige en ontspannende werking op je lichaam en geest.

- Een MYL-coach sessie van 2 uur á € 190,00
- Een dagdeel MYL-coaching van 3,5 uur á € 270,00
- Een dag MYL-coaching van 8 uur (inclusief 1 uur pauze) € 540,00

Onze coaching sessies worden verzorgd op meerdere locaties. Zo maken wij onder andere gebruik van de locaties van 'Het Coachhuis'.

Naast standaard coaching sessies doen wij ook wandelcoaching. Voor deze sessies plannen wij twee uur in.

Al naar gelang de vraag maken wij gebruik van verschillende coachmethodieken waaronder: Gesprekken, Delenwerk, Opstellingen, Mindfulness, NLP, Kernkwadranten en Assen van Verandering.

Afspraak maken of meer weten? - mail naar info@4po-support.nl of bel met 06-81108270

Den Haag, maart 2021