

Informatie Coaching voor tieners.

Veel tieners maken een periode door dat het even allemaal niet zo makkelijk gaat. Dat ze een strijd leveren met zichzelf en/of hun omgeving.

Of ze worstelen met zichzelf

Of ze vinden het lastig om aansluiting te vinden bij leeftijdsgenootjes

Of ze kunnen even niet de motivatie vinden voor wat dan ook

Of ze ervaren druk van school en social media

Of ze weten niet zo goed hoe ze handig moeten communiceren

Of ze zijn even heel onzeker

Etc.

Allemaal situaties waar tieners last van kunnen hebben. Hoe fijn is het dan als je daar een paar keer met een coach over kan praten zodat je daarna weer je leven wat gemakkelijker kan oppakken.

Voor wie?

Coaching is bedoeld voor tieners:

- die zich herkennen in bovenstaande situaties
- die even niet zo lekker in hun vel zitten
- die geen zin hebben in een lang hulpverleningstraject maar met een paar intensieve gesprekken hun problemen willen aanpakken

Hoe en wat?

Vaak worden tieners door hun ouders aangemeld. In eerste gesprek maken we kennis, bespreken wat de problemen precies zijn en worden meteen een aantal tips besproken. Ook wordt een plan van aanpak opgemaakt. De tiener bepaalt daarna of hij/zij door wil met een aantal gesprekken.

Meestal zijn 3-4 gesprekken voldoende om weer zelfstandig verder te kunnen. Soms kan dat al na 1 gesprek. Ik werk oplossingsgericht en ga niet eindeloos spitten in het verleden, maar kijk samen met de tiener wat er al goed gaat, wat er niet zo goed gaat en hoe we succeservaringen kunnen vergroten.

Mijn aanpak is Positief, enthousiasmerend en gericht op ontwikkeling.

Kosten. coaching kost € 78,65,- per uur (inclusief BTW). Inclusief voorbereiding, emailcoaching, verslaglegging en eventuele rapportage.

Vragen?

Je kunt mij bellen op telefoonnummer 06-19646390 of mailen via Lieke@kalhorncoaching.nl.