

COACHING

# Varför coaching?

Utmanar  
och utvecklar

Motiverar  
och hittar  
alternativa  
vägar

Positiv och  
handlings-  
fokuserad

Tydliggör  
styrkor och  
drivkrafter

Lyfter  
individens  
 eget ansvar

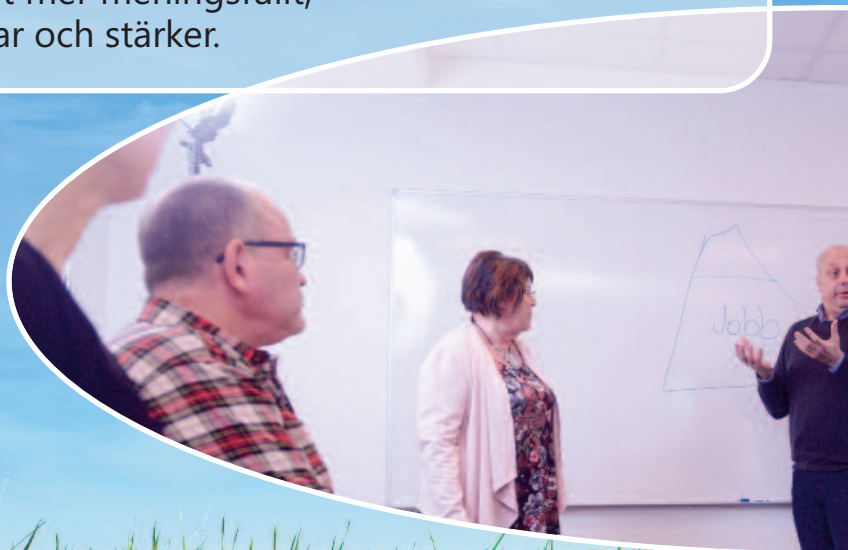


# PROPUS

med människan i fokus

# Människans förändring är konstant.

- ✓ Lära sig prioritera och sortera.
- ✓ Ökar medvetenhet och självinsikt.
- ✓ Öppnar upp för nya möjligheter.
- ✓ Minskar ohälsa och ökar välbefinnande.
- ✓ Gör livet mer meningsfullt,  
utvecklar och stärker.



# Coaching är densamma... oavsett om man coachar individer, chefer, organisationer eller team.

- ✓ Ökar lönsamhet och effektivitet.
- ✓ Motiverade medarbetare.
- ✓ Nöjdare kunder.
- ✓ Tydligare och mer coachande ledarskap.
- ✓ Starkare företagskultur.





# Coachingprocessen

Vi benar först ut ditt nuläge och ditt önskade läge. Sen fokuserar vi på dina resurser och vad du behöver göra för att nå dit du vill.

Vi klargör och stärker de strategier som för dig framåt, och medvetandegör eventuella hinder som kan uppstå. Reflektion och självkännedom är grunden för att kunna göra önskade positiva förändringar och nå sina mål.

Coachingen bygger på kontinuerlig återkoppling och feedback för att hela tiden försäkra att du förändras åt rätt håll.

- **Individuell coaching**
- **Företagscoaching**
- **Hälsocoaching**
- **Coachande ledarskap**

**Hållbara  
människor  
ger hållbara  
företag.**

**JENNY NÄSSTRÖM LINDGREN** • 070-580 38 32 • [jenny@propus.se](mailto:jenny@propus.se)

**KIMMEN GADELIUS** • 070-219 92 78 • [kimmen@propus.se](mailto:kimmen@propus.se)

# PROPUS

[propus.se](http://propus.se)

med människan i fokus

Följ oss på:



**LJUSDAL**

Postplan 20, 827 32 Ljusdal

**BOLLNÄS**

V. Stationsg. 10 D, 821 43 Bollnäs

**SÖDERHAMN**

Kyrkog. 16, 826 32 Söderhamn

**EDSBY**

Långg. 13, 828 32 Edsbyn