
Kennismaken

In de kennismakings sessie (intake) verhelderen we jouw vraag of thema. Na deze sessie besluiten we of we met elkaar aan de slag gaan. In onderling overleg spreken we af hoeveel sessies we daaraan gaan besteden.

Aan de hand van het verloop worden diverse methodes toegepast, zoals creatieve visualisatie, focussen, ontspanningsoefeningen, confrontatiegesprekken, energieoefeningen, ademhalings-technieken en Voice Dialogue.

Praktisch

De coachsessies duren 1½ uur en vinden plaats in de praktijk van CIC Company of op een geschikte locatie bij jou in de buurt. Via www.ciccompany.nl krijg je een goede indruk van de werkwijze, methode en de bedrijven waarvoor CIC Company al werkt. Neem gerust vrijblijvend contact op.

Zoals een klant het laatst verwoordde:

“Ik zie het als een cadeautje aan mezelf.”

Over CIC Company

Na 10 jaar ervaring in het bedrijfsleven ben ik, Caroline Serré, begin 2001 gestart met CIC Company. Als persoonlijke coach werk ik met midden- en hoger kader (m/v), individueel en in teamverband. De meeste vraagstukken zijn gericht op: **balans werk & privé**, persoonlijke effectiviteit, leiderschap, effectief handelen en genderdiversiteit. De studie tot Voice Dialogue trainer/coach deed ik bij het Instituut voor Transformatie Psychologie. Tevens volgde ik trainingen in onder andere visualisatie, groepsdynamica, familie-opstellingen, droomwerk en verandermanagement.

Daarnaast ben ik getrouwd en moeder van drie dochters.

Mijn visie: **“De verrassing zit vanbinnen.”**



CIC Company

Havikstraat 24 ~ 1171 DX Badhoevedorp
Tel: 020 659 90 70 ~ Mob: 06 14 69 42 13
info@ciccompany.nl ~ www.ciccompany.nl

Moeder. zijn en carrière maken

Kun je het combineren?

Geef je je ambities op?

Schuldgevoel of rust?

Voor wie zich hierin herkent

Het is een terugkerende vraag voor veel vrouwen met een drukke baan: hoe combineer je je gezin met je zakelijke ambities? Niet alleen praktisch gezien vraagt het veel improvisatietalent, ook op emotioneel vlak zitten vrouwen vaak met zorgen en twijfels.

Over **schuldgevoel**, trouw blijven aan jezelf, over gevaar voor je carrière, welke rol je eigenlijk wilt en welke rol je gewoonte- of traditiegetrouw naar je toetrekt: allemaal vragen die het er niet gemakkelijker op maken.

Gevolg: oververmoeidheid, spanning, lichamelijke klachten, uit balans zijn, ontevredenheid, **twijfel**, schuldgevoel, disfunctioneren op je werk, onrust thuis en soms zelfs spanning in je relatie.

CIC Company – praktijk voor coaching, innovatie en verandering – heeft speciaal voor dit dilemma een coachingprogramma ontwikkeld. Een programma dat inmiddels bij veel vrouwen positief heeft bijgedragen aan de balans tussen moeder zijn en carrière maken.

Hoe het werkt

Omdat in deze tijd jouw aandacht vooral naar anderen gaat, maak je eerst eens tijd voor jezelf vrij om stil te staan bij hoe het eigenlijk met **JOU** gaat.

Niet alleen in de sportwereld worden mensen mentaal begeleid, ook in het bedrijfsleven zie je het steeds meer. Die begeleiding kun jij dus ook krijgen. Gun jezelf daarom een goed gesprek met een coach. Maar wanneer stap je op een coach af en hoe weet je of iemand bij je past en professioneel is?

— Oprichtster Caroline Serré:

“Mijn stijl van coachen is gebaseerd op respect en vertrouwen. Daarmee streef ik er als coach naar je ruimte te geven om te zien wat je dwars zit, waar je steeds tegenaan loopt en hoe je verder zou willen gaan. Maar ook waar je **kracht** zit en welke kwaliteiten je in huis hebt.

Dat doen we met behulp van diverse technieken, waarbij ik jouw klankbord ben en je bewust maak hoe je in je eigen gedachten ronddraait.

Daarnaast bekijken we welke keuzes je in je hart zou willen maken en waarom schuldgevoel daar invloed op heeft.”

Wat het je oplevert

Als eerste zul je merken dat je meer rust krijgt doordat je aandacht hebt voor jezelf. Door de gesprekken word je bevestigd in de **keuze** die je hebt gemaakt. Het kan ook zijn dat je ineens gaat inzien dat je het anders wilt gaan doen.

De rust zit hem vooral in het feit dat je heel concreet en helder voor ogen krijgt hoe je verder wilt. Helder voor jezelf, maar ook voor de omgeving. Jouw werkgever en vooral ook je partner en je kinderen profiteren daarvan mee.

En je krijgt een nieuwe kijk op je loopbaanwensen en -kansen. Met als uiteindelijk doel: een betere **balans** tussen werk en privé.

Ervaringen van klanten:

“Na een gesprek ga ik met groter zelfbewustzijn en positieve energie naar huis.”

“Fijn om weer focus te hebben op mijn toekomst.”

“Ik ben weer dichterbij mezelf en dat geeft me energie.”
