



Annelies Bouman Coaching & Meer

Rijkswal 3
4285 AC Woudrichem
+31 (0)6 40406756
www.anneliesbouman.nl
info@anneliesbouman.nl

Visie

Ontwikkeling door aandacht. Dat is mijn motto. Door respectvolle aandacht te hebben voor wat jou bezighoudt en vooral voor wat je tegenhoudt om dat te doen wat je het liefst zou willen doen en wat bij je past, creëren we samen bewustwording en verandering.

Aanbod

Breincoaching (PMA-methode) waarbij ik met een eenvoudige vraagtechniek kijk welke belemmeringen je ondervindt vanuit het onderbewuste.

- * Als leven moeilijk is, door psychische of fysieke, misschien zelfs onverklaarde, klachten
- * Als je het gevoel hebt dagelijks strijd te moeten leveren
- * Van overleven naar leven in balans

Persoonlijke coaching op het gebied van:

- * Persoonlijk leiderschap – het heft weer in eigen hand nemen
- * Professionele en/of persoonlijke groei – vooruitkomen in je eigen richting
- * Zelfmanagement – het weer zélf (aan)kunnen
- * Stressreductie – bij overspanning, burn-out, PTSS
- * (Faal)angstreductie – vrijer in het leven staan

Wiskundecoaching, Rekencoaching - méér dan bijles!

Werkwijze

Vanuit het onderwijs heb ik me van docent steeds meer ontwikkeld tot coach. Ik heb diverse coachopleidingen met diploma's afgerond (klassiek coach, beeldcoach, breincoach) en me gespecialiseerd in allerlei methodes (ACT, NLP, Mindfulness, PMA etc).

Ik coach (jong)volwassenen in korte of langere trajecten. Wat nodig is spreken we samen af in een kennismakingsgesprek en kan gaandeweg bijgesteld worden.

Tot slot houd ik me in mijn eigen praktijk nog steeds óók bezig met mijn oude vak: wiskunde en rekenen. In mijn wiskunde-coaching kijk ik met jongeren wat hen tegenhoudt om goede resultaten te halen op school. Is het 'niet snappen' of misschien een gebrek aan zelfvertrouwen, faalangst? We werken samen aan de oplossing, steevast met succes.

Contactgegevens

Naam : Annelies Bouman
Bedrijfsnaam : Abc&m, Annelies Bouman Coaching & meer
Praktijkruimte : Voormalige Marechausseekazerne
Rijkswal 3, Woudrichem
Telefoonnummer : 06-40406756
E-mailadres : info@anneliesbouman.nl
Website : www.anneliesbouman.nl (in ontwikkeling)



Neem gerust contact op voor een kosteloos en vrijblijvend kennismakingsgesprek, waarin we samen bekijken wat ik voor u kan betekenen.