

Werken in tijden van Corona

In deze periode bied ik online ondersteuning.

Voor wie?

Voor medewerkers die door de Coronacrisis gevoelens van spanning en onzekerheid ervaren en behoefte hebben aan een klankbord.

Vragen kunnen zijn:

- ✓ Houd ik nog mijn baan?
- ✓ Bij thuiswerken; hoe combineer ik werk en privé?
- ✓ Hoe ga ik om met alle veranderingen?
- ✓ Hoe houd ik verbinding met collega's en mijn werkgever?
- ✓ Hoe blijf ik optimistisch en mentaal weerbaar?

Hoe werkt het?

Je hebt drie videobel gesprekken met je coach. Wekelijks worden er ondersteunende oefeningen, filmpjes per mail of app naar je gestuurd.

In een sfeer van vertrouwen, betrokkenheid en respect leer je op een persoonlijke wijze jezelf staande te houden in deze hectische en bijzondere tijd.

De inzichten kun je direct toepassen in de praktijk.

Hoe lang duurt het?

Vier weken

Resultaat

Je ervaart meer rust in de activiteiten waarmee je bezig bent.
Je hebt voldoende energie om je werk te blijven doen.

Interesse?



**Neem contact op met:
Annelies Manders**

Telefoon : 06-38311141

info@anneliesmanders.nl

www.anneliesmanders.nl