

Coach fortæller om hemmelighederne bag coaching

- Jeg har altid brændt meget for det personlige ejerskab og for, hvad der skal til for at komme videre – at man tager ansvar for sit eget liv og beslutninger. Og ved at få indsigt i sig selv kan man få afklaret, hvordan man bliver den bedste udgave af sig selv, og hvordan man opdager sit potentiale.

Sådan forklarer Gitte Houmand fra Mølholm grundene til, at hun er blevet coach. Og næste onsdag aften, den 27. februar, kan såvel private som virksomheder stifte bekendtskab med de mange muligheder, der ligger i coach-begrebet, når hun holder foredrag om life-coaching hos AOF i Staldgårdsgade 12-14 i Vejle.

Senere skal foredraget følges op med yderligere foredrag om emnet, siger Gitte Houmand, der i januar nedsatte sig som coach på freelance-basis, hvor opgaverne ligger henholdsvis ude hos kunden og i lejede mødelokaler til de private kunder. Sideløbende arbejder hun også for rådgivningsvirk-

somheden AS3, hvor hun rådgiver og coacher mennesker i håndtering af organisatoriske og jobmæssige forandringer.

Mødet på onsdag bliver en ganske billig måde at stifte bekendtskab med emnet på. Man skal tilmelde sig direkte til AOF eller via AOF's hjemmeside under foredrag om personlig udvikling.

Titlen på foredraget – "Kan man spise en elefant" – er måske nok en drilsk metafor. Men den har også noget med personlig udvikling og life-coaching at gøre. For man får ikke det hele på én gang. Man skal arbejde for det. Ved foredraget kan man finde ud af, hvordan man kan nå sine drømme, ønsker og mål ved hjælp af en coach.

Coach'en hjælper dig via en avanceret spørgeteknik, til at se tingene i et andet perspektiv – og i sidste ende er det dig selv, der tager beslutningerne.

Mere konkret får du ved foredraget bl.a. indsigt i, hvordan coach'en sikrer, at målet er opnåeligt og positivt, og hvordan du i

samarbejde med coach'en afdækker dine forhindringer. Du får synliggjort din motivation og ser, hvordan dine holdninger, regler og overbevisninger kan virke hæmmende for dit liv, og hvordan du kommer videre med planer, nye vaner og mønstre.

- Det er min faste overbevisning og erfaring, at når folk står i stampe med, hvad de gerne vil, eller ikke vil, og ikke kan finde motivationen til at tage beslutningen, kan en coach virkelig hjælpe, da coach'en er neutral, har tavshedspligt og altid kun tager udgangspunkt i personen og den situation, som personen befinder sig i her og nu. Coach'en stiller de spørgsmål, der sikrer afklaring og indsigt, så personen selv finder sine svar og det, der skal til for videre udvikling.

- Det er helt fantastisk at se den aha-oplevelse, som personen oplever, når indsigten bliver klar og tydelig. For nogle er det smertefuld, fordi de bliver klar over, hvor meget de har "synet" sig selv for, og



Gitte Houmand vil give dig gode muligheder for at stifte bekendtskab med life-coaching på et foredrag i AOF's lokaler næste onsdag. (Foto: Søren Hauge Carlsen).

for andre er det positivt og glædeligt. Uanset hvad de oplever, er det forløsende for personen. Den energi, der frigives, giver mulighed for refleksion og handling. Og det er her coach'en vil være den støtte, som der er behov for, betoner Gitte Houmand.

Som nævnt andet steds er hun sideløbende i gang

med at udvikle et salgcoach-concept til detailledet, og det vil man naturligvis også kunne spørge lidt ind til under næste onsdags foredrag. Gitte Houmand er certificeret life & business coach fra den anerkendte registrerede coach-uddannelse hos Sofia Manning i Charlottenlund og Hellerup.

Nyt salgcoach-program på vej til de butiksansatte

Medarbejdernes trivsel og opførsel overfor kunderne spiller en afgørende rolle for, om en butik får succes. Men mens man hidtil har koncentreret sig meget om ledelsesgruppen, er det alligevel først nu, at der er ved at blive udviklet et coaching-system for landets butiksansatte.

Det er den nyetablerede coach Gitte Houmand, Mølholm, der sammen

med Jesper Wittus fra Wittus Consult i Skanderborg har taget opgaven på sig, og de forventer, at det nye salgcoach-concept vil være klar i løbet af foråret.

Begge coaches har selv baggrunde i salg og ledelse, og Gitte Houmand har således været salgskonsulent og har også butikserfaring. Hendes erfaring med kundekontakt vil hun nu bruge ved hjælp af coaching til at skabe motiva-

tion og winner mentalitet i butikkerne.

- Jeg ved, vi kan gå ind og gøre en afgørende forskel. Vi tager udgangspunkt i det personlige engagement og i, hvordan ekspedienterne sælger. Vi vil skabe en winnermentalitet og følelsen af personligt ejerskab.

- Jeg mener, at salg er personligt og skal komme indefra. Det er ikke rart som kunde at opleve

en sælger, der ikke signalerer venlighed og imødekommenhed. Og uanset hvad årsagen er til sælgerens humør, gives der kun én chance, og kunden er ude af døren igen med det samme. Synd og skam. Især hvis kunden går over til konkurrenten og lægger pengene der!

Den sælger, der viser ægte glæde ved at snakke med kunderne og ikke oversælger deres produk-

ter, vinder i det lange løb. Salg kan læres – der er mange teknikker. MEN den ægte glæde opleves først når den kommer indefra og sælgeren er troværdig, siger Gitte Houmand. Alt sammen i overensstemmelse med medarbejdernes potentiale og muligheder samt butikens egne mål og visioner for succes. Og vi vil gerne være med til at sikre denne succes! Lind-

Lav smukke kort med teposefoldning

AOF i Vejle holder i denne sæson 2 kurser i foldning af teposer til kort. Det er blevet en stor dille, at folde den lille papirspo-

se der er uden om mange tebreve, og som de fleste blot smider væk. Men de smukke farver og former i poserne kan klippes og foldes til smukke kaleidosko-

piske rosetter, der limes på karton. Det er utroligt så mange forskellige rosetter der kan laves af en type teposer, og man bliver let grebet af at skulle afprøve dem alle!

På et kurserne har du mulighed for at lære at

folde disse teposerosetter, så du kan sende dine egne personlige kort til fødselsdage, konfirmationer eller måske på bordkortene til festen. På kurset lærer du mange forskellige foldninger, der er både enkle til nybegynderne og vanskelige foldninger til dem der

har prøvet det før. Du lærer at montere rosetterne på kort på forskellig vis, så du kan få mange forskellige kort, alt efter hvem og hvad de skal bruges til. Kurserne er hver på en enkelt dag, og afholdes den 29.-2. eller den 1.-3. hos AOF i Staldgårdsgade.

 **Psykoterapi**
v/ Solvejg Lærke Madsen
Vardevej 124stiv, 7100 Vejle
Telefon 30 28 70 07

Corona Healing
Healing
Fjern-Healing
Uddannelse
v/Corona Mester Kent Rosthøj
Tlf. tid: Man.-Fre.: kl. 8-9
Tel. 21 40 25 54, 7100 Vejle

mennesker i vækst
karrierecoach og psykoteraapeut
peer-bergmann.dk 22457076

Rådgivning og terapi
Individuelt, par og familier
Familie terapeut · www.vibekekring.dk · 2256 8084

 **Psykologisk Rådgivning & Terapi**
Børn, unge og familier
75 71 15 66
Bodil Odgaard, Horsensvej 555, Bredal, 7120 Vejle Ø
www.odgaard-mazanti.dk

Inge og Lene Hummel
• Massage
• Kranio-Sakral- og Zoneterapi
• Dybdeafslapning
• Laserbehandling
Fredericiavej 2B • 7100 Vejle • Tlf. 75 83 22 99

 **ØGET VELVÆRE OG INDRE RO**
Samtaleterapi
Kranio sakral terapi
Organmassage m.m.
v. psykolog og kropsterapeut
ANNE RÆBILD
22 14 12 03


KONTAKT:
Konsulent
Christina Husballe
Direkte 7640 8920
ch@ugeavisenvejle.dk