

SpringShift  
Light

‘Life  
is meant to be easy’

***Je bent ambitieus, succesvol, leergierig en hebt een gezonde dosis zelfinzicht en lef. Je functioneert prima in een complexe, snel veranderende omgeving en er liggen uitdagende vragen op je bordje. Volgens de buitenwereld voldoe je bijna aan het ideaalbeeld maar eigenlijk gaat je carrière zo snel dat je jezelf soms voorbijloopt. Tijd voor reflectie is er amper en daarvoor is nu het moment. Maar hoe kan je gericht met jezelf aan de slag gaan? En wat houd je eventueel nog tegen?***



#### **Prijs**

€ 700,- (exclusief BTW).

De algemene voorwaarden van SpringShift zijn van toepassing.

#### **Locatie**

Sessies vinden plaats bij de coaches op locatie, extern bij opdrachtgevers, bij Het Coachhuis of op ons hoofdkantoor:

SpringShift Nederland BV |  
ScanCoaching  
Landhuis Leyduin, 2e Leijweg 1,  
2114 BG, Vogelenzang

#### **Aanmelden**

Door het invullen van het contactformulier op <https://springshift.nl/contact/>

#### **Informatie**

SpringShift - Human Transformation Company  
Telefoon: +31 888 77 8880  
E-mail: [info@springshift.nl](mailto:info@springshift.nl)  
[www.springshift.nl](http://www.springshift.nl)

#### **Want je herkent ook hardnekkige patronen en belemmeringen, zoals ...**

- Je ervaart regelmatig spanning en stress waardoor je minder goed in je vel zit
- Door twijfel en onzekerheid verzand je weleens in tollende gedachten
- Alle ballen in de lucht houden kost je behoorlijk veel energie
- Je hebt moeite om te vertrouwen op je gevoel en intuïtie

#### **Daarom verlang je naar ...**

- Zicht op jouw ware aard (jouw imprint)
- Contact met jouw potentieel
- Verbinding met jouw intrinsieke motivatie
- Autonomie en creativiteit om vorm aan jezelf te geven

#### **Opbrengst**

- Een beeld waar je wel of niet in balans bent en wat de oorzaak daarvan is
- Helderheid over de belemmeringen en resources om te presteren
- Zicht op je psycho-emotionele thema's en sabotagemechanismen
- Inzicht in je unieke talenten en kwaliteiten
- Praktische aanknopingspunten binnen jouw bereik

#### **Doelgroep**

Wij zijn er voor experts, professionals en ondernemers die nieuwsgierig zijn naar zichzelf en die een moment van reflectie aangrijpen om vorm te geven aan zichzelf. Voor mensen die

zelf aan de slag willen met inzichten en deze omzetten naar persoonlijke groei, duurzame resultaten en plezier.

#### **Werkwijze**

De SpringShift Light-sessie bestaat uit een intake, een sessie van 2 uur en twee keer persoonlijke coaching van 45 minuten (binnen periode van zes maanden na de scan). In grote lijnen bestaat het Light-programma uit de volgende opbouw:

#### **Intake**

- Kennismaking tussen jou en SpringShiftCoach
- Formuleren van je coachdoelstelling

#### **Light-sessie**

- Zie Opbrengst

#### **Persoonlijke coaching**

- Twee coachmomenten over de voortgang van je persoonlijke ontwikkelproces over een periode van zes maanden

#### **SpringShift 'ontmaskeren, vereenvoudigen en versnellen'**

- Komt snel tot de essentie van jouw proces (jouw imprint)
- Gaat uit van een holistische benadering en verbindt lichaam, ziel en geest
- Zet aan tot transformatie en blijvende gedragsverandering