



KAROLINA NOWAKOWSKA
LIFE COACH, TRENER ZMIANY



Zmiana zaczyna się w Tobie.

Zapraszam do współpracy

Karolina Nowakowska

**Masz poczucie zagubienia,
wypalenia lub chaosu?**

**Czujesz, że potrzebujesz zmiany
w życiu prywatnym lub zawodowym?**

**Chcesz poczuć się pewniej
podczas wystąpień publicznych?**

Oferuję:

- Indywidualne sesje life-coachingowe i coach- mentoringowe dla kobiet,
- Sesje life-coachingowe i coach-mentoringowe online,
- Szkolenia z autoprezentacji i wystąpień publicznych,
- Wystąpienia motywacyjne.

Co da Ci coaching:

- Zyskasz świadomość siebie – zdefiniujesz własne potrzeby i cele,
- Dostrzeżesz nowe możliwości działania i samorealizacji,
- Zwiększysz pewność siebie,
- Poradzisz sobie w sytuacji życiowej zmiany,
- Opanujesz emocje i zbudujesz odporność na stres,
- Odkryjesz własne talenty i zdolności,
- Rozwiniesz kompetencje w zakresie komunikacji.

**Pomagam kobietom w uwolnieniu ich potencjału
i wzmacniam ich pewność siebie zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym
- na przykład podczas wystąpień publicznych.**

Zapraszam na sesje coachingowe i coach-mentoringowe kobiety,
które pragną się rozwijać, chcą wierzyć w siebie i swoje możliwości.
Te, które potrzebują motywacji do działania i siły do realizacji własnych celów.
Kobiety, które czują potrzebę życiowej zmiany.

Stosuję coaching koaktywny, który bazuje na przekonaniu,
że każdy z nas jest na tyle zasobny i pełen talentów,
by skutecznie budować własne życie i odnaleźć poczucie spełnienia.

Pracuję w nurcie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.
TSR to jedna z najskuteczniejszych i najszybszych metod terapeutycznych,
która pomaga postrzegać siebie, jako ludzi pełnych możliwości
w drodze do poszukiwania rozwiązań.

Karolina Nowakowska – life & business coach,
trener zmiany i trener wystąpień publicznych,
mentorka kobiet, aktorka i wokalistka.
Posiada międzynarodowy certyfikat Coaching
Fundamentals Certificate Noble Manhattan
Coaching and IBD Business School.
Absolwentka Studium Zawodowego Coacha
Biznesu Pracowni Coachingu NOVO
oraz Studium Zawodowego Trenera Zmiany
Pracowni Trenerskiej NOVO. Autorka inspirującego
e-booka „Jak zmienić swoje życie” oraz współtwórczyni
stowarzyszenia Akademia Pozytywnych Kobiet,
wspierającego kobiety w rozwoju osobistym.



„Jestem wdzięczna Karolinie za pomoc, wreszcie przestałam czuć ten ciężar.
Po spotkaniach z nią czuję się o wiele lepiej sama ze sobą.
Podziwiam jej wrażliwość, inteligencję i życzliwość.”

Katarzyna

„Spotkania z Karoliną rozjaśniły mi w głowie. Gdzieś się pogubiłam, a Karolina pomogła mi się odnaleźć. Dzięki coachingowi wiem, co chcę dalej robić ze swoim życiem.
To była najlepsza inwestycja w siebie.”

Anna

„Karolina jest dobrze przygotowana do każdej sesji i zadaje pytania, które pozwalają spojrzeć na daną kwestię z różnych perspektyw i skłaniają do myślenia.
Wprowadza przyjemną atmosferę sprawiając, że czuje się jakby prowadziło się wewnętrzną rozmowę ze sobą z właściwym nastawieniem i szczerością.”

Karolina

Kontakt:



+48 512 022 970



karolina.nowakowska.art@gmail.com



@KarolinaNowakowskaOfficial



@karolina_nowakowska_official



Znajdź siłę z Karoliną Nowakowską

SPRAWDŹ →

10 FELIETONÓW
Inspirują
motywują
rozwijają

WWW.HOW2.SHOP