

## Rebi Nijboer

Provincie Overijssel/ Eenheid Natuur & Milieu

r.nijboer@overijssel.nl / 0629657799



### Wie ben ik?

Het mooie aan coaching vind ik dat ik een stukje van een ander kan ontdekken en leren kennen. Dat verbreedt mijn blik en geeft mij nieuwe inzichten. Het geeft mij veel voldoening om te zien hoe mensen zich in mijn coachingstrajecten in korte tijd ontwikkelen, zodat ze meer zichzelf kunnen zijn en zich daardoor beter met anderen kunnen verbinden.

Ik ben Rebi; rustig, enthousiast, leergierig en nieuwsgierig. Ik hou ervan om mensen met elkaar te verbinden en ze te helpen bij hun persoonlijke ontwikkeling. Daarnaast zet ik me graag in voor de natuur. Als coach en met mijn werk voor de eenheid Natuur & Milieu kan ik deze dingen mooi combineren. In mijn vrije tijd tennis en dans ik, ben ik lid van een boekenclub en ben ik in de natuur of mijn tuin te vinden.

### Wat kan ik?

Ik creëer een ontspannen en rustige sfeer. Ik kan goed luisteren en waarnemen. Ik let niet alleen op wat je zegt maar ook op het gevoel dat dat teweegbrengt en de gedachten erachter. Hierdoor kan ik jou de juiste vragen stellen en je vanuit een ander perspectief naar jouw coachvraag laten kijken. Ik focus op wat je denkt, voelt en doet en hoe dit in verband staat met elkaar. Ik ben open en eerlijk en daarmee kan ik jou teruggeven wat ik zie gebeuren, zodat je jezelf daar beter van bewust wordt. Ik ben resultaatgericht en praktisch, na een stuk verdieping kijk ik met jou hoe jij stap voor stap richting een oplossing kunt werken.

### Hoe ben ik als coach?

Soms leidt inzicht als vanzelf tot verandering, soms is het nodig hier bewust mee aan de slag te gaan. In de veilige coachomgeving en daarna in je eigen werkomgeving kun je stap voor

stap experimenteren om dingen anders aan te pakken. Samen reflecteren we en zo kom je steeds een stapje verder. Doordat je leert te reflecteren op wat je voelt, denkt en doet, en van daaruit volgende stappen te zetten, kun je ook na het coachingstraject jezelf steeds verder ontwikkelen.

Ik bied jou rust en ruimte om je verhaal te vertellen, om stil te staan en samen te ontdekken wat er speelt en wat daaronder zit. Hiermee krijg je inzicht in jezelf, je gedrag en de onderliggende patronen. Ik gebruik verschillende werkvormen, afhankelijk van wat op dat moment bij jou en jouw vraag past. Soms een klein beetje uit je comfort zone om je iets nieuws te leren of iets op een andere manier te laten ervaren. Ik vind het belangrijk dat je niet alleen rationeel je vraag benadert maar dit vooral vanuit gevoel en verlangen leert te doen.

## Wat kan ik jou bieden?

Ik kan jou helpen jezelf beter te leren kennen en je bewust te worden van je eigen gedrag en patronen en hoe je die kunt veranderen. Dat geeft jou meer zelfvertrouwen, waardoor jij je beter kunt profileren, je beter kunt omgaan met voor jou lastige situaties en waardoor jij goed je eigen grenzen kunt bewaken. Dit maakt dat je ook in samenwerking met anderen zoveel mogelijk jezelf kunt zijn, waardoor je in balans blijft en je werkplezier toeneemt.

De thema's waarvoor je bij mij terecht kunt zijn: zelfvertrouwen, samenwerken, stress, persoonlijke ontwikkeling en leiderschap.

Je bent welkom om vrijblijvend met mij kennis te maken en te kijken of mijn manier van coachen past bij jou en je coachvraag!