

Coaching - udvalgte anbefalinger

Som forfatter ender man af og til i den næsten smertefulde tilstand af skriveblokering. Man føler sig tom for ideer, sproget virker ikke, og det forekommer uoverskueligt at skulle skrive en bog igen.

En bekendt anbefalede mig coachen Niels-Ulrik Kofoed. Helt ærligt var jeg lidt skeptisk, for hvordan skulle en coach kunne hjælpe med en skriveblokering. Men Niels viste sig ikke alene at være en både lun og sympatisk og nem at tale med, men han havde også evnen til at stille alle de rette spørgsmål og blotlægge, hvad det var af psykologiske og sociale årsager til at jeg var blokeret, og åbne muligheder for at komme tilbage til tasterne. Klar anbefaling herfra!

Morten Brask, Forfatter

Niels-Ulrik hjalp mig til at vende en begrænsning i mit projekt til at være en positiv ramme i stedet. Og han er positiv og konstruktiv i dialogen hele vejen igennem en coaching session.

Sussie – kreativ

Som coach skaber Niels-Ulrik et trygt rum, som på én gang føles intimt og helt nede på jorden. Emnerne for mine samtaler spændte fra professionelle mål til personlige udfordringer, og Niels-Ulrik integrerede naturligt begge dele, så jeg følte mig set som et helt menneske. Dette dobbelte fokus følte meningsfuldt, fordi samtalerne derved ikke kun kom til at handle om simpel målopfyldelse, men om mine dybere ønsker i livet. Alt i alt kan jeg varmt anbefale Niels-Ulrik som coach!

Anders, Klimaekspert

Jeg havde i nogle år døjet med en bekymringstendens, som jeg kunne mærke var ved at tage overhånd. Gennem mit netværk var jeg bekendt med coachen Niels-Ulrik Kofoed, som jeg tænkte måske kunne hjælpe. Og det viste sig at være det helt rigtige. Niels-Ulrik forstod at skabe en rolig og afslappet stemning og fik mig til at tale åbent og ærligt om min situation. Niels-Ulrik er en rigtig god lytter og analytiker, og han forstår at stille de rigtige spørgsmål. Hans metode indebærer, at man selv finder ind til kernen af sine problemer - og selv finder løsningen. Jeg kom i den grad styrket ud på den anden side, og jeg har lært hvordan jeg kontrollerer min bekymringstendens. Og heler vejen igennem følte jeg mig forstået og respekteret. Jeg vil i den grad anbefale Niels-Ulrik.

Lars Kragh, Jurist

Jeg blev coachet af Niels-Ulrik til at finde en strategi for, hvordan jeg kan komme i gang med noget, som jeg holder af, og som vil skabe værdi i min lige-nu-og-her tilværelse. Ved hjælp af en saglig, beroligende og effektiv metodik fremkaldte Niels-Ulrik et selvreflekterende rum, som jeg befandt mig utrolig godt i. Hans afventende og perspektiverende spørgsmål hjalp mig med at komme omkring og indfange essensen af mine tanker, herunder at præcisere strategien for mit mål.

Udbyttet var en - på egen hånd - formuleret strategi til at komme i gang med det, som forhåbentligt vil skabe en indre ro og masser af værdi i mit liv. Jeg kan klart anbefale Niels-Ulrik!

Ulrik, Arkitekt

Jeg var kørt fast med et projekt, som jeg egentlig brændte for, men som jeg ikke formåede at realisere. Niels-Ulrik fik mig med sin professionelle og alligevel varme facon tilbage på sporet. Hans force som coach er i mine øjne hans oprigtige nysgerrighed og indlevelse, hvormed han borer i den givne problemstilling uden at blive grænseoverskridende. På kort tid fik vi vendt flere aspekter af min blokering og kom endda tæt på nogle af de dybereliggende, følelsesmæssige strukturer, der begrænser mig. Varm anbefaling herfra!

Nina Branner, journalist

Jeg har haft fornøjelsen af at blive coachet af Niels-Ulrik og har nydt godt af det trygge og udviklende rum, han skaber med sin coaching. Gennem gode spørgsmål og nærværende tilstedeværelse har Niels-Ulrik hjulpet mig med at få nye perspektiver på min personlige og professionelle rejse. Niels-Ulrik er en god samtalepartner og man mærker et genuint ønske om at hjælpe. Han får min anbefaling!

Jesper, selvstændig

Efter nogle år som selvstændig havde jeg brug for at finde endnu mere ind til kernen af mig selv - både professionelt og personligt. Niels-Ulrik skabte fra første dag, med sin opmærksomhed, sit nærvær og sin indlevelsessevne, et trygt og inspirerende miljø for samtale og udvikling. Niels-Ulrik stiller spørgsmål, der skaber refleksion og som har været med til at skabe forandringer i mig, i mit tempo. Efter hver endt session med Niels-Ulrik gik jeg af sted med fornyet energi og gå-på-mod. Jeg kan varmt anbefale Niels-Ulrik.

Marianne Kasten, arkitekt