



Test: Hoe gaat het met mij?

Ik ben tevreden met mijn huidige leven	J	N
Ik heb zelfvertrouwen	J	N
Ik heb een doel in mijn leven	J	N
Ik vind mezelf een aardig persoon	J	N
Ik verheug mij op een nieuwe dag	J	N
Ik weet hoe ik mijn negatieve emoties kan verwerken	J	N
Ik voel me uitgerust	J	N
Mijn werk geeft mij voldoening	J	N
Ik kan mijn grenzen aangeven	J	N
Ik kan mij goed concentreren	J	N
Ik kan met stress omgaan	J	N
Ik heb mijn leven in de hand	J	N
Ik vraag hulp als het nodig is	J	N
Ik kan goed tegen veranderingen	J	N
Akelige gebeurtenissen uit mijn verleden heb ik verwerkt	J	N
Ik ben fysiek gezond	J	N
Ik ga nieuwe uitdagingen aan	J	N
Ik heb goede vrienden of een goede relatie	J	N
Ik maak makkelijk contact met anderen	J	N
Ik voel me rustig en ontspannen	J	N

Meer dan 2x 'nee' ingevuld? Maak een afspraak met Eszenza.

Wat kan Eszenza voor jou betekenen?

- ✓ Persoonlijke aandacht voor jouw probleem
- ✓ Inzicht in jouw probleem
- ✓ Oplossingen die passen bij jouw mogelijkheden
- ✓ Diverse verschillende methodieken en werkwijzen
- ✓ Mogelijkheid voor meerdere consulten of éénmalige coachingsessie van drie uur
- ✓ In dezelfde week nog een afspraak
- ✓ Afspraak kan in de praktijk of een andere locatie
- ✓ (Deel)vergoeding door groot aantal zorgverzekeraars

Wil je meer weten of een afspraak maken?

Bel dan 06 46 228 223 of stuur een e-mail naar: [info@eszenzacoaching.nl](mailto:info@eszenzacoaching.nl)

Tot ziens!

Eszenza Coaching en Ontwikkeling

Willeke Heinen