

dr Ilona Długa

Absolwentka Politologii i Dziennikarstwa na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.

Przez wiele lat jako specjalistka ds. public relations, pośredniczyłam w skutecznej komunikacji między firmami a ich otoczeniem zewnętrznym i pracownikami. W roli coacha (po ukończeniu Szkoły Coachów Akademii SET) kontynuuję – w oparciu o partnerstwo, wiarę w klienta, tworzenie nowego tu i teraz oraz zgodnie z zasadami etycznego coachingu - rozmowy z ludźmi, pomagając w szukaniu i odkrywaniu celów, a potem towarzysząc w drodze do ich osiągnięcia.

Zajmuję się coachingiem kariery czyli wspieraniem rozwoju osobistego na etapie poszukiwania edukacji zawodowej, konkretnej pracy lub w czasie wyboru kierunku dalszego rozwoju profesjonalnego oraz life coachingiem, w szczególności wsparciem zmiany postaw życiowych, organizacji czasu, zmianą nawyków, nastawieniem na sukces, przystosowaniem do zmian życiowych, dbałością o siebie. Wzmacnianiem pewności siebie i asertywności.

