

Kirsten Wøbbe Frøland, Senior Project Manager, ISS Facility Services

## **Erfaringer fra et personligt udviklings- og sparringsforløb**

I efteråret 2013 konsulterede jeg Elsebeth Grue Enggaard, henvist af min daværende arbejdsgiver.

Formålet med besøgene, som strakte sig over en måneds tid, var at lære at acceptere, at 80% nogen gange er godt nok. Fra første møde følte jeg mig overordentligt godt modtaget, og Elsebeth var i stand til at skabe en tryk og varm stemning og med sine coachende spørgsmål få mig til selv at finde svar og løsninger. Efter hvert møde ridsede Elsebeth udfordringerne op og kom med redskaber til at imødegå de problemstillinger, som fyldte på det pågældende tidspunkt.

Selv om Elsebeth er meget professionel, opfattede jeg forløbet mere som en samtale med en god veninde. Jeg griber stadig fat i nogle af de instrumenter, som Elsebeth gav mig og hver gang, jeg siger; "Pyt" – og mener det, så er det Elsebeths fortjeneste.

Mine samtaler med Elsebeth har for alvor gjort en forskel. Jeg har turdet træffe nogle beslutninger, som har bidraget positivt til min livsglæde og trivsel. Ja, jeg kan faktisk sige, at jeg har et fantastisk liv.