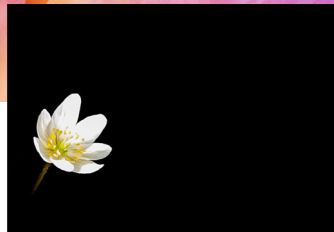


# BeNow

BeNow tilbyr sine kunder en lang, solid og bred erfaring som gir inspirasjon og utløser resultater, synergier og framdrift. Våre verdier er inspirasjon, (arbeids-)glede & utvikling.



Internasjonalt arbeid



Individuell coaching



Bedrifts- og organisasjonsutvikling



Kurs, foredrag og workshops

# Eva Søgnebotten



Eva Søgnebotten er daglig leder og gründer av BeNow. Hun har veiledet flere hundre mennesker i ulike posisjoner fra næringsliv og politikk. Mange har deltatt ulike kurs og workshops om lederskap, lederrollen og personlig utvikling i inn- og utland, BeNow er også strategisk partner i EU-prosjekter.

Eva er spesielt kjent for å inspirere og utfordre sine kunder. Hun tilbyr en sammensatt og unik kompetanse og anvender

kreativitet og evner å se sammenhenger og skaper muligheter på en utradisjonell måte for sine kunder.

Når Eva etablerte sin virksomhet i 2001, hadde hun mange års erfaring fra offentlig virksomhet og privat næringsliv, herunder egen juridisk praksis og ledererfaring fra Forsvaret. Hun har også bred politisk erfaring, blant annet en periode som varaordfører.

## En av Nordens mest anerkjente profesjonelle coacher

Hun er i dag en av Nordens mest anerkjente profesjonelle coacher med sertifisering fra The Coaches Training Institute i California i 2002 og leadership utdanning i 2005-06. I 2017-2019, gjennomfører hun videreutdanning innen pedagogikk ved Universitetet i Sør-Østlandet og ferdigstiller videreutdanning og sertifisering i coaching innen «neuroscience, bevissthet og utvikling» hos BeAboveLeadership, Florida. Eva bekler også ulike styreverv.

## Referanser

**Jeg kjenner ingen som kan lese mennesker bedre** enn Eva Søgnebotten. Gjennom coaching- og lederutviklingskursene, har jeg fått større selvtillit ved å bli bedre kjent med meg selv. Dette har gitt meg større selvinnsikt som igjen har gjort meg tryggere i lederrollen. Jeg vet i større grad enn tidligere hva som er mine sterke sider og hvilke verdier jeg anser som viktige. I tillegg har jeg viten om hva coaching er. Jeg har brukt øvelsene vi gjennomførte på kurset i diverse sammenhenger, både privat og på jobb.

*Anne C. Holth, Utdanningsdirektør i Hedmark*

## Coachingprosessen har gjort meg mer bevisst på hvordan jeg leder og virker på andre mennesker

Jeg gikk inn i coachingprosessen med en viss skepsis. Jeg var sliten, sykemeldt og jeg hadde møtt veggen. Mitt optimistiske mål for coachingprosessen, var at jeg skulle utvikle evnen til å stå for og si mine egne meninger, stole mer på meg selv og bli flinkere til å si nei og sette grenser, og derigjennom ta bedre vare på meg selv. Dette har jeg klart! Eva som coach har virket beroligende på meg og gitt meg styrke til å si det jeg mener og gjøre det jeg tror på. Jeg anbefaler coaching med Eva Søgnebotten på det varmeste.

*Hilde Kvam, Haffell Alpinsenter*

[www.benow.no](http://www.benow.no)

 BeNow



**BeNow**