



Vad är din identitet?

Vem är du? Hur identifierar du dig själv? Vad står du för? Vad är du emot? Vilka är dina viktigaste grundvärderingar? Står du upp för dem? Vilka oomkullrunkeliga principer har du? Ståndpunkter? Åsikter? Står du stabilt eller vajar du när det hettar till? Kan du säga nej? Kan du ge och få respekt, t o m kräva det från någon? Står du ut med att vara oomtyckt? Har du integritet? Vad identifierar du dig med? Vad kan du relatera till? Vilken slags temperament har du/humor? Humor? Morgon- eller kvällsmänniska. Hund, katt eller båda?

Är du autentisk som "Walk the Walk, Talk the Talk"? Eller Self-Objectifying?

https://www.theatlantic.com/podcasts/archive/2021/10/howto-arthurbrooks-happiness-identity-drshefali-mindfulness-meaning-2021/620282/?fbclid=IwAR0uicvWz30cwsuyRKIN-5x08EW_UEKEjiuRE9nW09s287Geq2suFUn-pd8

Min är:

Kvinna

Dotter, barnbarn

Skilsmässobarn

Syster

Faster

Kusin

Sambo, skild

67

Coach, rådgivare, handledare, föreläsare, utbildare, skribent (e-häften på gång!)

Lösningfokuserad Coach – Hälso-, kost- och näringsrådgivare – Sorgbearbetare

Företagare och pensionär

Hetero – hon / hen – Born this Way och Love is Love!

Storstadsbo som gillar hav/skärgården och landet

Resenär inkl Sibiriska järnvägen & Karakorum Highway med Rosa Bussarna, 30+ besökta länder. Nu väntar ett nytt: Costa Rica 55+.

Antirasist – antinazist – antikommunist – antifascist – antikonspirationsteorier – kraftigt emot antisemitism som väldigt många av dessa teorier bottnar i – antihärskartekniker/översittare/korruption!

Teater- och kulturtant

Ärkefeminist

Icke-religiös – men tror på Universum, frekvenser och energier

Invandare i Sverige, minoritet i Finland (finlandssvenska) som kan hyggligt finska

Tv-serie-knarkare; just nu koreanska – Mine, Love (ft Marriage & Divorce), Hospital Playlist, Succession samt Seinfeld då jag endast sett strövis av dem förut.



Klimataktivist sedan barndomen – kommer från en skogsfamilj - #Greta-fan

I mitt förra liv måste jag ha varit en asiatisk fårhund då Asien ligger mig varmt om hjärtat och jag älskar att para ihop människor som borde lära känna varandra, ofta yrkesmässigt och aktiv nätverkare

Musikälskare: Rock-blues-pop-klassiskt-synt-opera-disco-country – Bruce Springsteen (!!!), Maria Callas, P!nk, Pink Floyd, Creedence, Laleh m fl

Katt- OCH hundmänniska – Ornetta Tass Tass bor med oss (skygg men rolig)

Hälsomänniska sedan tio år inom komplementärmedicin

Ensam moderator för ca 15.000 Facebook-grupp sedan dryga nio år; Närings- och alternativmedicin (47 regler) + åtta mindre grupper till, inkl min coachinggrupp: iMo Coaching Fag-hag/LGBTQ-supporter – "Love is Love!"

Bokoman: Elena Ferrante, Anna Gavalda, Jeanette Winterson, August Strindberg, Jens Lapidus, Denise Rudberg, Jules Verne, Jackie Collins – blandad kompott

Vinprovare sedan 1982 – Gourvindska klubben

Executive Assistant, projektledare inom kompetens, moderator, utbildare, föreläsare i mitt förra liv

Ständigt nyfiken, älskar att lära mig nytt om saker som intresserar mig – senast; narcissism, nudging och hållbart liv

Mina tre viktigaste värderingar:

Alla människors lika värde.

Man sparkar inte på någon som redan ligger ner.

Motståndare till härskartekniker/översitteri i alla former.

Vem är du?

Inge-Mo Haraldh

ICF-Associate Certified Coach, ACC;

Specialiserad inom:

- Studerar till: **Certified PQ Coach – Mental & Emotional Fitness, USA**
- Certifierad **Solution Focused BRIEF Coach, DK**
- Certifierad **Hälsocoach & Diplomerad Kost- och Näringsrådgivare**
- Certifierad handledare i **Sorgbearbetning**

Driven, empatisk, inlyssnande och mån om klienten. En skriftlig överenskommelse samt egenskrivna återanvändningsbara dokument enligt klientens behov ingår alltid. Boka tid eller hör av dig om du har frågor 😊

iMo Coaching - min coaching-grupp på Facebook –

<https://www.facebook.com/groups/206375779486588/>

