



Σχετικά με εμένα

Ζωή Α. Λιόλιου

Business Coach | Σύμβουλος Ανάπτυξης Δεξιοτήτων | Συγγραφέας του βιβλίου «*Το Coaching στην Πράξη*»

Ξεκίνησα την επαγγελματική μου πορεία σε μια μικρή ελληνική βιομηχανική επιχείρηση έτοιμων τροφίμων, αποκτώντας σφαιρική εμπειρία και ισχυρή εμπορική αντίληψη. Στη συνέχεια εργάστηκα σε ρόλους πωλήσεων και marketing σε πολυεθνική FMCG εταιρεία, πριν μεταβώ το 2004 στον χώρο των Ανθρώπινων Πόρων. Εκεί εξειδικεύτηκα στην εκπαίδευση ενηλίκων, την ανάπτυξη ήπιων δεξιοτήτων και ταλέντων. Τα τελευταία 13 χρόνια δραστηριοποιούμαι ως επαγγελματίας coach, ιδρύοντας την Coaching in Action και δημιουργώντας το LIVE.R Coaching Model. Είμαι επίσης η συγγραφέας του βιβλίου «*Το Coaching στην Πράξη*» (2019, εκδόσεις iWrite) και σήμερα συνδυάζω coaching, mentoring, supervision και εκπαίδευση για να υποστηρίξω βιώσιμη αλλαγή και μετρήσιμα επιχειρησιακά αποτελέσματα

Η φιλοσοφία μου βασίζεται στην πεποίθηση ότι οι άνθρωποι αποδίδουν και εξελίσσονται όταν ενεργοποιούνται τα δυνατά τους σημεία και όχι όταν η προσοχή εστιάζει στις ελλείψεις. Μέσα από το coaching υποστηρίζω τα άτομα να αποκτούν σαφήνεια, να αναλαμβάνουν ευθύνη και να κάνουν συνειδητές επιλογές που οδηγούν σε δράση. Δίνω έμφαση στην ενδυνάμωση και την εμπιστοσύνη, μετατρέποντας την επίγνωση σε πρακτικά βήματα. Στόχος μου είναι η μετρήσιμη πρόοδος που δημιουργεί αξία τόσο για το άτομο όσο και για τον οργανισμό.

Είμαι ευγνώμων για τους μέντορες και τους supervisors που πίστεψαν στο δυναμικό μου, με στήριξαν στις προκλήσεις και με ενδυνάμωσαν να αναπτυχθώ επαγγελματικά και προσωπικά. Η πίστη τους σε μένα μου έδειξε τη μεταμορφωτική δύναμη της εμπιστοσύνης, της ενσυναίσθησης και της υποστήριξης, αρχές που πλέον εφαρμόζω στην εκπαίδευση ενηλίκων, καθώς και στο mentoring και στο coaching.

Αγαπημένο ρητό:

«Δεν είναι τα ίδια τα πράγματα που ταράζουν τους ανθρώπους, αλλά οι κρίσεις τους για τα πράγματα.»

Επίκτητος

About Me

Zoi A. Lioliou

Business Coach | Soft Skills Development Consultant | Author of the book “*Coaching in Practice*”

I began my professional journey in a small Greek ready-to-eat food manufacturing company, gaining broad hands-on experience and a strong commercial mindset. I then worked in sales and marketing roles within a multinational FMCG organization, before transitioning into Human Resources in 2004. There, I specialized in adult learning, soft skills, and talent development. For the past 13 years, I have been working as a professional coach, founding Coaching in Action and creating the LIVE.R Coaching Model. I am also the author of the book “Coaching in Practice” (2019, iWrite Publications), and today I integrate coaching, mentoring, supervision, and training to support sustainable change and measurable business results.

My philosophy is grounded in the belief that people thrive and perform at their best when their strengths are activated, not when focus remains on what is missing. Through coaching, I support individuals to gain clarity, take responsibility, and make conscious choices that lead to action. I emphasize empowerment, and trust, translating insight into practical steps. My aim is to create measurable progress that delivers value for both the individual and the organization.

I'm most grateful for the mentors and supervisors who trusted my potential, supported me through challenges, and empowered me to grow professionally and personally. Their belief in me showed me the transformative power of trust, empathy, and support, principles I now bring to my training, mentoring and coaching practice.

My favorite quote

“It is not the things themselves that disturb people, but their judgments about the things.”, Epictetus

Trainings & Certifications

2026: Accreditation in Leadership Coaching and Mentoring | E.I.A. Master Practitioner level, European Mentoring and Coaching Council (EMCC).

2026: Diploma in Coaching & Mentoring Supervision | Bluesky International (EMCC ESIA Accreditation Pathway)

2024: Course: Excellence in Coaching | Impact

2022: Advanced training course and Certification in Rational-Emotive&Cognitive-Behavioural theory and techniques | Hellenic Institute for RECBT, Affiliated Training Center of the Albert Ellis Institute, New York.

2020: Accreditation in Leadership Coaching and Mentoring | E.I.A. Senior Practitioner level, European Mentoring and Coaching Council (EMCC).

2019: Training Program: Practitioner level of Neuro Linguistic Programming |Quest for Success Ltd.

2016: Accreditation in Leadership Coaching and Mentoring | E.I.A. Practitioner level, European Mentoring and Coaching Council (EMCC).

2013: Diploma for Leadership Coaching and Mentoring | Bluesky International

2006: MSc, in Human Resources Management, Athens University of Economics and Business, part-time, executive programme.

1999: MBA, International Faculty CITY College, The University of Sheffield, full-time programme.

1997: BSc, in Economics, Aristotle University of Thessaloniki.