

ogen – blik voor verandering



DEELNEMERSINFORMATIE

COACHING BIJ ZOOMADVIES

DEELNEMERSINFORMATIE: COACHING BIJ ZOOMADVIES

ZoomAdvies ziet coaching als een persoonlijk begeleidingsproces dat wordt ingezet om wenselijke en duurzame ontwikkelingen te bevorderen. Het is een vorm van professionele en positieve begeleiding waarbij de coach een deelnemer ondersteunt bij het behalen van zijn of haar zelfgekozen doelen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan doelen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, zakelijke capaciteiten en vaardigheden. Om deze doelen te bereiken wordt tijdens het coach traject onder andere gereflecteerd op de kwaliteiten van een deelnemer en er worden handvatten aangereikt om vooruit te gaan. ZoomAdvies werkt praktisch en toekomstgericht.

Wanneer maak je gebruik van coaching?

De volgende voorbeelden kunnen een goede aanleiding zijn om een coach traject in te zetten:

- Je wil je talenten, capaciteiten en vaardigheden ontwikkelen.
- Je wil scherper krijgen wat je wil met je loopbaan of andere grote levensvragen.
- Meer veerkracht, vertrouwen, waardering en voldoening wil ervaren.
- Productiever en efficiënter wil werken aan je doelen.
- Inzicht wil krijgen in je eigen functioneren, je krachten en belemmeringen.
- Meer positieve emoties, geluk en balans wil ervaren in je leven.
- Je sneller resultaat wil.
- Je werk gerelateerde stressklachten/burn-out ervaart.
- Verbeteren van je leiderschapspositie, sturing en leiderschapontwikkeling.
- Het vinden van een andere baan.
- Managers die moeite hebben met communicatie.

>>>

Het verloop van een coaching traject

1. De kennismaking

Een coachtraject begint altijd met een gratis en vrijblijvend oriëntatiegesprek. Tijdens dit gesprek leer je de coach kennen en kun je beslissen of je een traject met deze coach aan wil gaan. Mocht je ervaren dat je de klik mist met de coach, dan bieden wij je de mogelijkheid om een oriëntatiegesprek met een andere coach in te plannen.

Daarnaast dient het oriëntatiegesprek ervoor om de coachvraag te verkennen. Ook zal besproken worden wat je uit jouw coachtraject wil halen en worden doelen opgesteld.

2. Het nastreven van doelen

Wanneer je beslist om het coach traject in te gaan, zal je met de coach verder gaan verkennen waar je mee aan de slag zou willen gaan en ontdekken wat jouw gewenste (ideale) situatie is. Persoonlijke doelen worden hier verduidelijkt. Vervolgens wordt een realistisch en passend plan van aanpak bepaald. Tijdens een coachtraject werk je aan jouw doelstellingen en competenties door middel van coachgesprekken, reflectie-oefeningen en opdrachten. In overleg is het tevens mogelijk om een test af te nemen.

3. De evaluatie

Tussendoor en/of na het laatste coach gesprek zullen jij en je coach reflecteren op het coachtraject en het proces. Desgewenst kan hierbij jouw leidinggevende en/of HRM aansluiten. Zijn de doelen behaald? Hoe ver ben je en wat wil je nog aanpakken in de toekomst? Wanneer gewenst kun je een follow-up gesprek inplannen na een bepaalde tijd, om nog eens samen te komen en te bespreken hoe het gaat. Je kunt rekenen op 5-10 coachgesprekken in totaal, afhankelijk van je doelstelling. Een coachsessie duurt doorgaans 1,5 uur. Vaak vinden de gesprekken om de twee weken plaats.

Hoe gaat ZoomAdvies te werk?

In de basis ga je tijdens jouw coachtraject werken aan je doelstellingen door middel van coachgesprekken, reflectie-oefeningen en huiswerkopdrachten. In overleg is het mogelijk om een test af te nemen, bijvoorbeeld op het vlak van loopbaanwaarden, beroepskeuze, persoonlijkheid of leiderschap.

>>>

ZoomAdvies past coaching technieken en methodieken toe zoals RET (Rationele Effectiviteits Training), Mindfulness, NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren), Oplossingsgericht werken, Timemanagement, Situationeel leidinggeven en Communicatiestijlen. Kies altijd een coach die het beste bij jou past qua persoon en methoden.

Privacy

ZoomAdvies is aangesloten bij het Nederlands Instituut van Psychologen en dient zich aan de code van beroepsorganisatie heeft opgesteld te houden. In die NIP-code staat onder meer vermeld dat alle gerelateerde informatie en onderzoeksresultaten en strikt vertrouwelijk behandeld moeten worden.