



SPRINTUM

Van der Molen & Partners

Personal Coaching

Er zijn momenten dat iemand veranderingen wil doorvoeren in zijn/haar leven, specifieke doelen wil bereiken in het werk, of gewoon op zoek is naar een klankbord bij het nemen van beslissingen. Een coach leert de medewerker leren, door inzicht te verwerven in eigen gedrag, patronen, dilemma's valkuilen en levensthema's. Door dat inzicht creëer je de mogelijkheid om te kiezen voor andere gedragsalternatieven, of om afscheid te nemen van oude patronen en zo met nieuw vertrouwen situaties tegemoet te treden.

Voor wie is coaching bestemd

Voor iedere medewerker of manager die wil werken aan zijn of haar persoonlijke ontwikkeling. In een individueel coachingstraject wordt aandacht besteed aan persoonlijke onderwerpen die op dat moment het plezier en de effectiviteit van het functioneren beïnvloeden.

Onderwerpen

De onderwerpen liggen niet vast; uitgangspunt van het coachingstraject is de persoonlijke vraag van de medewerker. Soms is een functioneringsgesprek aanleiding om voor een coachingstraject te kiezen. Vaak komen de volgende thema's aan de orde:

- Communicatievraagstukken: omgaan met conflicten, assertief optreden, samenwerken
- Vraagstukken met betrekking tot leidinggeven
- Zelfmanagement en persoonlijke groei

Hoe gaat het in zijn werk

In een eerste gesprek worden verwachtingen besproken en worden de doelstellingen van het traject vastgesteld. Er zijn twee mogelijkheden: de trainee komt geheel voor zichzelf, of dit gesprek vindt gezamenlijk met de leidinggevende plaats, zodat verankering van de persoonlijke doelstelling in de organisatiedoelen gewaarborgd is; de privacyregels worden daarbij uiteraard volledig in acht genomen. Na het eerste gesprek worden afspraken gemaakt over thema's en aantal sessies, meestal ergens tussen de 6 en 8. De hulpvrager en coach leggen samen het traject af, zoals een sherpa een klimmer helpt de weg naar de top te vinden.

De SPRINTUM coaches zijn gedragswetenschappers

Onze coaches zijn meer dan een 'coach' voor het bijhouden van uiterlijk gedrag. Allen zijn ervaren psychologen. Er wordt gewerkt langs de lijnen van directe leerprincipes: de coach is spiegel voor de trainee, maar zal ook niet schromen om met gerichte "huiswerkopdrachten" bepaalde veranderingen te bewerkstelligen.

Wat zijn de resultaten

- Beter inzicht in persoonlijk functioneren en meer zelfvertrouwen
- Meer inzicht in vaste gewoontes, denkkaders en drijfveren en daarmee de mogelijkheid tot meer zelfsturing
- Meer bezieling en plezier in het werk

