

MW mensenwerk

Interventiebedrijf voor arbeid en gezondheid

Coaching

Coaching is een begeleidingsvorm die heel geschikt is als u energie wil stoppen in het verbeteren van resultaten en specifieke gedragingen met betrekking tot het werk. Wie gecoacht wordt, krijgt geen pasklare oplossingen, maar wordt altijd flink aan het nadenken gezet over zichzelf en het eigen functioneren. Een coach probeert de ander te laten ontdekken welke kansen en (on)mogelijkheden hij of zij in huis heeft. De coach houdt de gecoachte als het ware een spiegel voor. Daarnaast is coaching ook een uitstekende manier om persoonlijke ontwikkeling in brede zin te versnellen. De vraag komt dan niet voort uit een probleem.

Uitkomst van een coachingstraject

Ieder coachingstraject is uniek, maar in de kern zijn de uitkomsten voor de meeste mensen gelijk. En blijvend. Onze cliënten vertellen onder andere dat ze na een coachingstraject meer plezier in het werk hebben, autonomer zijn, vaker initiatief durven nemen en inzicht hebben gekregen op de effecten van hun eigen communicatie en die van anderen.

Coaching, voor wie?

Coaching is geschikt voor mensen die vermoeden dat ze andere keuzes (werk of privé) moeten maken en zoekende zijn naar aanknopingspunten. Bijvoorbeeld omdat ze het gevoel hebben op de huidige werkplek niet goed uit de verf komen. Wat de reden ook is, er hoeft geen écht probleem te zijn. Maar wel een wens om iets te ondernemen met de vragen die er zijn.

Coaching is ook geschikt voor mensen die:

- de communicatie (met medewerkers) willen versterken en/of assertiever willen zijn;
- die een betere balans tussen werk en privé wensen;
- een nieuwe positie op het werk krijgen en nog moeten groeien in hun rol;
- die zich duidelijker willen gaan profileren op het werk.

Coaching, (hoe) werkt het?

Coaching werkt alleen bij mensen die tijd en energie in zichzelf willen investeren. Het is dus geschikt voor mensen die hun kwaliteiten willen ontdekken, meer zelfinzicht willen krijgen in (lastige) situaties. Dit gebeurt door te experimenteren en te werken met opdrachten en eigen inzichten aan de orde te stellen. De coach helpt bij het vinden van gedragspatronen die belemmerend werken. Gedragingen die hun nut bewijzen, worden opgespoord en verankerd. Bij coaching brengt u eigen praktijksituaties in. De coach begeleidt het eigen leerproces. Doelgericht werken, leren reflecteren en experimenteren vormen de kern van elke sessie.

Hoe starten met coaching

Een coachingstraject kan op ieder gewenst moment starten. In het eerste oriënterende gesprek brengen we aanleiding en doelen in kaart. De coach schrijft een coachingsvoorstel met hierin een situatieschets, de doelen, tijdsbesteding en de kosten. De leerdoelen worden gedurende het traject regelmatig getoetst en geactualiseerd en op het eind geëvalueerd.

Meer weten over coaching?

Voor een oriënterend gesprek kunt u contact opnemen met één van onze medewerkers, Tjeerd Grijpma, coach/ supervisor. Tel (0594) 58 00 48 of mail naar info@mwmensenwerk.nl.