



LUTEIJN® GROEP

Coaching

Grenzen verleggen

U werkt hard, u kunt veel, u bent succesvol, maar u weet dat er meer in zit. U heeft behoefte aan reflectie, aan meer zelfinzicht en aan het maken van een volgende stap in uw ontwikkeling. Kortom u wilt leren. U wilt uw omgeving effectief beïnvloeden zodat u uw doelen realiseert en beter leert omgaan met persoonlijke valkuilen. Of u heeft een medewerker die wil en kan doorgroeien. In zulke gevallen is Coaching een effectieve methode die u of uw medewerker helpt om die stap vooruit te zetten en een meerwaarde te creëren voor uw professionele en persoonlijke leven. De coaches van Luteijn zijn ervaren op dit gebied en zijn allen gekwalificeerd als professionele coach.

Wat bereikt u?

Het doel is dat u in staat bent grenzen te verleggen en zowel de effectiviteit in het werk als het welbevinden van uzelf te verbeteren. U krijgt meer zelfinzicht en bent in staat om het beste uit uzelf te halen en leiding te nemen in uw eigen leven.

Voor wie bedoeld?

Coaching is bedoeld voor iedereen die in een individueel begeleidingstraject, op maat van zijn persoonlijke leerdoelstellingen, verder wil komen in zijn professionele en persoonlijke ontwikkeling.

Luteijn beschikt voor het hoger kader over executive coaches. Zij hebben naast hun professie als coach, ook zelf ruime leidinggevende ervaring in de top van organisaties.

Wat houdt het in?

U bent gewend de dingen op uw manier te doen. Het meeste daarvan is heel effectief. Andere gedragspatronen staan u in de weg om uw doelen te bereiken. De coach helpt u gedragspatronen te doorbreken waar u last van heeft omdat ze u niet helpen. De coach stimuleert uw leerproces door confrontatie met respect, door het uitdagen van niet effectieve aannames en door reflectie en feedback.

De grondhouding van de coach is dat hij gelooft in uw leervermogen en vertrouwen heeft in mensen. De coach weet dat het overtreffen van jezelf voor

iedereen bereikbaar is, dat mogelijkheden die aanwezig zijn alleen geactiveerd moeten worden. De coach weet dat leren met confrontatie gepaard gaat en te maken heeft met paradigmaverschuiving, ofwel op een andere manier kijken naar hetzelfde. Ook gaat de coach ervan uit dat u het zelf doet, hij neemt niet over. U gaat experimenteren met nieuw gedrag. Uiteindelijk zal het nieuwe gedrag verankerd raken doordat het succesvol blijkt, het u stimuleert en het onderdeel van uw repertoire is geworden.

Werkwijze

Een coachingstraject wordt gestart met een intakegesprek met zowel de opdrachtgever als degene die gecoached zal worden. In dit gesprek wordt overeengekomen welke resultaten behaald moeten worden. Aan de hand van dit gesprek wordt door de coach een plan van aanpak gemaakt waarin een inschatting gemaakt wordt voor het benodigde aantal coachingsuren. Deze inschatting kan gedurende het traject, in overleg, zowel naar beneden als naar boven worden bijgesteld. Het traject vindt op individuele basis plaats, waarbij de gesprekken doorgaans eens in de twee weken plaats vinden. Een coachingstraject kan doorgaans in zes sessies van elk anderhalf uur succesvol worden afgerond. De stappen die in het traject doorlopen worden zijn:

- Verkenning van de vraag en de eigenlijke vraag die daar vaak achter zit.
- Vaststellen van te behalen doelen en resultaten.
- Mogelijkheden en belemmeringen in beeld brengen.
- Onderzoeken welke factoren de belemmering in stand houden.
- Uitdagen en confronteren van ineffectieve gedragspatronen.
- Definieren van wensen en mogelijkheden voor nieuw gedrag.
- Beoordelen van nieuw gedrag op haalbaarheid (willen, kunnen, doen).
- Praktisch toepassen van nieuw gedrag, oefenen.
- Evalueren van de resultaten.

Resultaat

Afhankelijk van iemands persoonlijke doelen kan coaching het volgende opleveren:

- Inzicht in eigen kwaliteiten en beperkingen.
- Doorbreken van ongewenste patronen.
- Versterkte flexibiliteit, waardoor men effectiever kan optreden.
- Meer zelfvertrouwen en lef.
- Effectiever communiceren.
- Doeltreffender gedrag.

Wilt u meer weten neem contact op met drs. Suzan van Tongeren



Luteijn Groep

IJsselburcht 3
6825 BS Arnhem
Postbus 5486
6802 EL Arnhem

T 026-3653323
F 026-3653353
www.luteijn.nl