

## Wat is coaching?

Coaching betekent letterlijk 'vervoeren van de ene plaats naar de andere'. Wat ons betreft is het een proces om van een huidige situatie naar een gewenste situatie te gaan, waarbij we werken aan je bewustwording, bewustzijn en verantwoordelijkheidsbesef in relatie tot je werkcontext.

In coaching staat jouw vraag centraal en ga je, samen met de coach, op zoek naar de antwoorden. De coach creëert de omstandigheden waarin jij het beste leert en tot inzicht komt; jij daagt jezelf uit om opnieuw te kijken naar je gedrag, vaardigheden en overtuigingen.

## Voor wie?

Coaching is voor iedereen die op een gestructureerde wijze vragen wil aanpakken rond thema's die te maken hebben met communicatieve vaardigheden en persoonlijke ontwikkeling. Dit kan binnen de eigen werkcontext zijn, maar kan ook betrekking hebben op je persoonlijke leefomgeving. Of je nu jezelf beter wil positioneren en presenteren of wil werken aan de relatie met collega's; wil leren omgaan met stress en tijd of keuzes wil maken in je loopbaan.

## Werkwijze

Elk coachtraject start met een persoonlijke intakegesprek waarin we de coachvraag zo scherp mogelijk formuleren. Mogelijk is ook je manager of leidinggevende daarbij aanwezig. We maken afspraken over het verwachte resultaat van de coaching, de opzet en aanpak die voor jouw vraag relevant is, het aantal keer dat we gesprekken voeren en waar en wanneer de gesprekken zijn.

Op basis van deze afspraken sluiten we een 'coachcontract' af, dat als rode draad voor het coachtraject geldt. Meestal zijn we in zes gesprekken van circa 1,5 uur per keer zover dat de coachvraag is beantwoord. We sluiten af met een evaluatiegesprek, eventueel in het bijzijn van de manager of leidinggevende.



## Coachtraject

In het algemeen ziet ons coachtraject er als volgt uit:

1. Kennismaking per telefoon of e-mail.
2. Persoonlijk intakegesprek om de coachvraag scherp te krijgen.
3. Opstellen coachcontract met beschrijving van werkwijze en aanpak.
4. Circa vijf gesprekken van 1,5 uur. In overleg kunnen dit er altijd meer of minder zijn.
5. Eindgesprek, inclusief evaluatie en afspraken over 'hoe ga ik nu zelf verder na dit coachtraject?'.

## Aanpak

Keizer & Co kiest voor een persoonlijke en oplossingsgerichte aanpak. Ieder mens leert op zijn eigen wijze en in zijn eigen tempo. Heldere communicatie en directe feedback op inhoud, proces en relatie dragen bij aan resultaatgerichte oplossingen.

Voor coachingstrajecten houden we ons aan de Ethische Gedragscodes voor beroepscoaches van zowel NOBCO als ST!R. Annett Keizer staat op persoonlijke titel bij beide beroepsorganisaties geregistreerd.

## Meer informatie?

Kijk voor meer informatie op [www.keizerco.nl](http://www.keizerco.nl)  
Voor specifieke vragen of een vrijblijvend kennismakingsgesprek kun je bellen of mailen met Annett Keizer: telefoon **06 1884 00 10**, e-mail [info@keizerco.nl](mailto:info@keizerco.nl)

