



Individuele coaching

Wil jij jezelf ontwikkelen op een bepaald gebied? Vind je bepaalde situaties lastig of gaat de samenwerking met bepaalde collega's moeizaam?

Voorbeeldvragen

- ? Ik vind het lastig om te delegeren of los te laten en heb het daardoor altijd te druk. Nu dreig ik overwerkt te raken, hoe kan ik dat anders doen?
- ? In mijn team zitten een aantal dominante medewerkers, hoe kan ik hen beter aansturen?
- ? Ik heb vaak kleine en grotere conflicten met anderen. Hoe kan ik effectiever samenwerken met collega's?
- ? Ik wil een volgende stap zetten in mijn carrière maar ik weet niet goed welke. Ik wil graag meer zicht krijgen op mijn kwaliteiten en mogelijkheden.

Individuele coaching bij Quiris

Bij individuele coaching, begeleiden we jou om stappen te zetten bij jouw ontwikkelvraag. In een aantal gesprekken verken je deze vraag of behoefte, gekoppeld aan jouw werksituatie. Je werkt toe naar doelen die je vooraf stelt. We onderzoeken welke kwaliteiten je in kunt zetten en welke competenties je nog kunt ontwikkelen. Als het gaat om nieuw, effectiever gedrag, oefenen we met lastige situaties uit jouw eigen praktijk.

Voor wie?

Voor iedereen kan coaching een geschikte manier zijn om jezelf te ontwikkelen.

Proces van een coachingtraject

De coaching beslaat meestal een periode van 3-6 maanden. Het proces ziet er als volgt uit:

Intake

Na de aanvraag bij Quiris plannen we een intake in met de coachee en/of de opdrachtgever.

Voorstel

De coachee ontvangt van ons een inhoudelijk voorstel. Na afstemming wordt het voorstel met investeringsopgave verstuurd naar de opdrachtgever voor akkoord.

Procesafspraken

Integriteit is een belangrijke voorwaarde voor effectieve coaching. Daarom stellen we expliciet vooraf in ons voorstel het speelveld vast van proces, communicatie en mogelijke evaluatiemomenten. Na akkoord worden de afspraken ingepland en de praktische informatie uitgewisseld.

Praktische informatie



Quiris kantoor of locatie naar keuze
Op loopafstand van treinstation Ede-Wageningen



Prijs op aanvraag



Online mogelijkheden

Werken aan doelstellingen

Tijdens de afgesproken momenten wordt gewerkt aan de gestelde doelstellingen. Als zaken meer in de persoon verankerd zijn en hier nog belemmeringen liggen voordat we met praktische vaardigheden of meer inzicht in gedrag en interactie aan de slag kunnen, zullen we eerst een slag maken naar onderliggende overtuigingen.

Oefensessies met acteur

Wij zetten vaak een oefensessie met acteur in van een dagdeel. Deze individuele oefensessie is uniek binnen coaching en een effectief leermiddel om in een veilige setting het geleerde verder aan te scherpen en te experimenteren in gedrag.

Evaluatie

Zowel tussentijds als na afloop is er aandacht voor evaluatie en borging van behaalde resultaten.



We denken graag met je mee hoe we jou het beste kunnen helpen.

Neem contact op voor meer informatie.

0318-551418
[quiris.nl](https://www.quiris.nl)