

Akasha-coaching

Duur en kosten van de begeleiding

De duur en de kosten van het begeleidingstraject zijn sterk afhankelijk van de hulpvraag waarmee de klant komt.

Het aantal sessies varieert gewoonlijk tussen de vier en de acht en duurt één tot anderhalf uur. Vooraf kan een offerte voor u worden opgesteld.

Welke voordelen levert het u op?

- De ziektekosten blijven laag, geen uitval meer
- De vitaliteit en de productiviteit van uw medewerkers wordt verhoogd
- De continuïteit van uw bedrijf is gegarandeerd
- De dienstverlening verbetert
- De werksfeer krijgt een positieve impuls

Akasha-coaching

Kwaliteit van de begeleiding

De klant wordt op professionele wijze door mij begeleid, hierdoor worden mogelijkheden en talenten die men zelf ontdekt benut. Dat vergt voor mij als begeleider vakmanschap.

Door middel van gestelde kwaliteitseisen, toelatingsregistratie, reguliere medische kennis en permanente bijscholing wordt de kwaliteit van counseling gewaarborgd.

Lid van Vereniging Integrale Vitaliteitskunde (VIV)

Sonia den Toonder
Van Randwijckstraat 30
4401KM Yerseke
tel: 06-22366811 of 0113-403099

E-mail: info@akasha-coaching.nl
Site: www.akasha-coaching.nl
Bankrekening: 1463.47.706
K.v.K.nummer: 20142160

Akasha-coaching

Vitaliteit
Gezondheid
Spiritualiteit



Begeleidt bij:

- stress
- overspannenheid,
- dreigende burnout,
- problemen op het werk
- reactie op organisatie veranderingen,
- persoonlijke effectiviteit in de werksituatie
- problemen in de privé sfeer

Akasha-coaching

Wat is Coachen?

Coachen is het begeleiden van een persoon of groep zodat men het beste uit zichzelf kan halen ten aanzien van één of meer gestelde doelen. Het is een kortdurende vorm van begeleiden, waarbij de cliënt bijvoorbeeld verantwoordelijkheidbesef en zelfbewustzijn ontwikkelt.

Elk coachingstraject begint met een intakegesprek. Het intakegesprek verkent de mogelijkheden voor coaching tussen coach en cliënt.

Besproken worden in elk geval:

- verwachtingen ten aanzien van coaching
- de doelstelling van het coachingstraject
- de persoonlijke verhouding
- de tijdsinvestering
- overige inspanningen van de betrokken partijen
- de locatie waar gewerkt zal worden
- de kosten
- het aantal gesprekken en de frequentie
- de wijze van werken

Mijn kernwaarden als coach zijn; wederzijds respect, empathie en vertrouwen.

Neem vrijblijvend contact op, stel uw vraag of maak een afspraak voor een intakegesprek.

Uw reactie is welkom.

Wanneer?

Counselen is een effectieve methode om ziekteverzuim, motivatieproblemen of andere problemen op de werkvloer op te lossen. De kern van deze problemen kunnen in de werksfeer maar ook in de privé situatie liggen. Kortdurende oplossingsgerichte begeleiding van de medewerker is dan belangrijk waardoor ziekteverzuim daalt. Voorkomen is beter dan genezen, de kosten van ziekteverzuim of vermindering van prestaties zijn immers veel hoger dan een kortdurende preventieve begeleiding.

Een coach kan ingezet worden bij:

- Stress
- Overspannenheid
- Dreigende burnout
- Verzuimpreventie
- Motivatieproblemen
- Problemen vanuit het werk of vanuit de privé situatie
- Aanpassingsproblemen door verandering van functie
- Verbeteren van communicatievaardigheden
- Persoonlijke effectiviteit.

In de praktijk?

In gesprekken en met behulp van oefeningen onderzoekt de medewerker het probleem samen met mij. In de sessie worden de volgende fasen onderscheiden:

- Het scheppen van een vertrouwensrelatie en de hulpvraag vaststellen
- Het proces in gang zetten om de klant zelf inzicht te laten verkrijgen in het eigen functioneren en eigen mogelijkheden
- Stimuleren en motiveren tot het maken van stappen in de verdere groei en ontwikkeling van de klant en het bereikte resultaat ankeren
- Toepassen van de inzichten in het dagelijkse leven en werk van de klant.
- Nazorg (6 weken)

Bij mijn werkwijze houd ik mij aan de richtlijnen van de wet bescherming persoonsgegevens. Waardoor gegevens zorgvuldig worden gebruikt en beveiligd zodat de privacy van mijn cliënten gewaarborgd blijft.