

Online of 1 op 1 coaching

In een snel veranderende wereld is het soms goed even een coach / sparringpartner te hebben om dingen mee te bespreken. In verband met de spelregels door het Corona virus coachen we inmiddels ook online. Online coaching scheelt voor alle partijen veel reistijd en energie. Een hybride mix tussen live en online kan natuurlijk ook.

Resultaat

- U heeft beter zicht op uw eigen gedrag
- U heeft inzicht in het effect van uw gedrag op anderen
- U heeft zicht op welke oplossingsrichtingen er zijn en welk gedrag wordt gevraagd
- U heeft kennis van een aantal processen die u zelf kunt beïnvloeden
- U heeft een groter bewustzijn mbt welk gedrag effectief is en welk gedrag minder
-

Tijdsbeslag: 5 – 10 gesprekken van 1,5 - 2 uur online of face to face!

Onderwerpen die bijvoorbeeld aan de orde kunnen komen zijn:

- Samenwerken en communiceren blijft voor mij een uitdaging
- De werkdruk is me een beetje te veel aan het worden
- Ik denk dat ik in dit team niet voldoende tot mijn recht kom
- Ondanks mijn enthousiasme krijg ik mensen vaak niet mee
- Hoe pak ik netwerken eigenlijk aan terwijl ik dat liever niet doe?
- Ik kom terug van een burn-out achtige situatie, hoe doe ik dat?
- Voor mezelf opkomen vind ik best lastig in teams
- Ik ben als jonge leidinggevende in het diepe gegooid en wil graag af en toe met iemand van buiten sparren om te kijken of ik op het goede spoor zit
- En vele andere coachingsvragen.....