

## Persoonlijke coaching

**Persoonlijke coaching om met een personal coach meer uit jezelf te halen en doelen te bereiken.**

### Omschrijving

Persoonlijke coaching is een effectieve manier om samen met een coach binnen een vrij korte tijd gericht te werken aan persoonlijke leer- en ontwikkeldoelen. Je coachingsvraag is werk en functie gerelateerd maar kan over heel uiteenlopende persoonlijke kwesties gaan in je werk. Het kan gaan over je ambitie of over je werk-privébalans. Maar evenzeer over bijzondere taakaspecten waarin je je verder wilt bekwamen of waarin je beter uit de verf wilt komen. Door de persoonlijke aanpak en benadering van je vraag leer je om effectiever te handelen en belemmeringen uit de weg te ruimen. Je verkrijgt inzicht in je persoonlijke sterke en minder sterke kanten en ontdekt dat je drijfveren en persoonlijke waarden belangrijk zijn om je doelen te bereiken. Persoonlijke coaching is een maatwerk ontwikkeltraject waarin je vakbekwamer leert werken en jezelf beter leert kennen.

### Voor wie

Persoonlijke coaching is voor iedereen die op een persoonlijke en gerichte manier aan de slag wil met actuele of op de toekomst gerichte ontwikkelvragen.

### Aanpak

In het intakegesprek verkennen we de vraag en het doel dat je wil bereiken. Desgewenst betrekken we de opdrachtgever hierbij. Op basis van dit gesprek maakt de coach een plan van aanpak en inschatting van uren. Een coachingstraject kan doorgaans in 5 sessies van elk anderhalf uur worden afgerond.

De coach werkt vooral ontwikkelingsgericht. Afhankelijk van de vraag wordt het accent gelegd op probleemoplossende, reflecterende of confronterende interventies en het verschaffen van inzichten. Tussen de sessies zijn er (reflectie)opdrachten en de mogelijkheid om met je coach contact te houden.

### Thema's

- Effectiever (samen)werken
- Gezondheid en vitaliteit
- Efficiënt plannen en organiseren
- Ambities en talenten in kaart brengen
- Dilemma's in het werk
- Assertief kunnen en durven te zijn
- Omgaan met je leiding en collega's
- Motivatie in het werk
- Timemanagement en zelforganisatie
- Drijfveren en ambities
- Talen kunnen en durven spreken
- Vlot en duidelijk schrijven



Laatste update: 14-01-2021

### Informatie en prijs

#### Gratis oriënterend gesprek

Het succes van coaching hangt sterk af van de wederzijdse beelden en verwachtingen en de klik met de coach. IPV biedt de mogelijkheid om te onderzoeken of een coachingstraject een passende aanpak is. Bel of mail ons voor een kennismakings- of adviesgesprek.

#### Praktische informatie

- Standaardpakket: 5 sessies van anderhalf uur
- Investering € 995,00 excl. BTW
- Locatie: Europalaan 2, 's-Hertogenbosch en online

Het succes van bedrijven zit in de mensen die ontwikkelen

De menselijke power in de techniek

IPV Training & Advies  
Europalaan 2  
5232 BC 's-Hertogenbosch

Telefoon: [073 80 01 800](tel:0738001800)  
E-mail: [ipv@ipv.nl](mailto:ipv@ipv.nl)  
Internet: [ipv.nl](http://ipv.nl)