



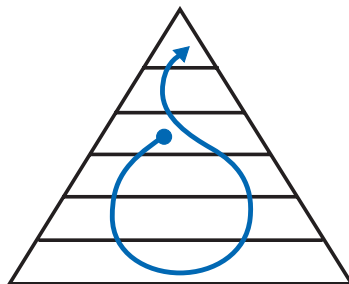
*personal coaching*  
*professionele ontwikkeling*

# *Personal coaching en Professionele ontwikkeling*

*Resultaat verbetering voor individu en organisatie*

DE ONTWIKKELING EN GROEI VAN  
EEN TEAM EN ORGANISATIE STAAT  
OF VALT MET DE WIL VAN IEDERE  
*SPELER* ZICH PERSOONLIJK  
TE ONTWIKKELEN.

**Slinger van Groei**



# Persoonlijk Meesterschap – personal coaching en professionele ontwikkeling

*“een bedelaar zat al vele jaren aan de kant van de weg. Op een dag kwam er een vreemdeling voorbij.*

*“Hebt u wat geld voor mij” vroeg de bedelaar. “Ik kan je niets geven”, antwoordde de vreemdeling.*

*“Maar wat ik je wil vragen: waar zit je eigenlijk op?” De bedelaar antwoordde: “Op een oude kist, ik zit er al op zolang ik me kan herinneren”. “Heb je er wel eens in gekeken?” vroeg de vreemdeling.*

*“Nee, waarom zou ik, er zit toch niets in” “Neem eens een kijkje” drong de vreemdeling aan.*

*Met enige moeite en met de hulp van de vreemdeling slaagde de bedelaar erin de deksel open te wrikken en zag tot zijn verbazing dat de hele kist vol zat met goud.*

Ik beschouw mezelf als de vreemdeling die je niets kan geven, maar uitnodigt en helpt naar binnen te kijken en de oplossing binnen jezelf te zoeken.

## 1. Inleiding

In onze aanpak ligt de aandacht nadrukkelijk op je persoonlijke ontwikkeling, je welbevinden en verantwoordelijkheid in je professionele rol. Leidend in onze coaching zijn de vragen en de doelstellingen van jouzelf en je organisatie. Coaching heeft zeker niet altijd te maken met een “probleem”, het is ook een effectief middel om doelgericht je ontwikkeling en je carrière verder te stimuleren.

### Professionele context

In je rol als professional ligt de nadruk op je functioneren, je verantwoordelijkheden, het maximaal (her)kennen en inzetten van je talenten met als doel de gewenste resultaten te behalen.

In Personal Coaching ligt de aandacht voornamelijk op het persoonlijk functioneren in brede zin, binnen een zakelijke context. Het traject is vooral gericht op de praktische kanten, de persoonlijke effectiviteit, efficiency van werken en leidinggeven resp. leidingontvangen. In dit proces krijg je concreet advies en wordt je uitgenodigd zelf op zoek te gaan naar het antwoord op je eigen vragen. Bij deze zoektocht wordt je met zorg en aandacht begeleid en ondersteund.

### Inspirerend leiderschap

In de rol als leidinggevende ligt de nadruk op het functioneren als leidinggevende met als doel de kennis en talenten van het team, optimaal te benutten om de gewenste resultaten te behalen.

Naast de persoonlijkheidskenmerken en de zelfmotivatie van de leidinggevende komen ook vaardigheden en inzichten in de stijlen van leidinggeven ruimschoots aanbod.

Centraal staat de vraag: wat weerhoudt de leidinggevende ervan te doen wat zij/hij kan. Een ander uitgangspunt van de coaching is: wanneer je leiding wilt geven aan anderen, leer dan eerst leiding geven aan jezelf.

### Nieuw gedrag

De werkwijze wordt gedurende het proces afgestemd op de vraagstukken en vorderingen van de klant. Als klant volg je een steeds herkenbaar proces van acties, meten, reflecteren, meten en evalueren. Je leert nieuwe concepten ontwikkelen, je perspectief vergroten, je grenzen benutten, experimenten bedenken en toepassen . . . kortom ander gedrag.

## 2. Aandachts- en uitgangspunten

- De aandacht zal gericht zijn op bewustwording van het innerlijk (denk-)proces. Dat wil zeggen: inzicht krijgen in je stimulerende en belemmerende patronen, overtuigingen en emoties. Hier staat de vraag centraal: het gaat er niet om wat je kunt en/of weet. Het gaat erom wat weerhoudt je ervan om datgene te doen wat je kunt en wilt. De coaching zal bovenal concrete gedragsverandering en resultaten op leveren.

- Werk - privé: de verhouding werk : *privé* is in veel coachingstrajecten een belangrijk aandachtspunt. In toenemende mate leert de ervaring dat de invloed van de werksituatie op de privé omstandigheden en omgekeerd, een belangrijk ontwikkelingspunt is om in de werksituatie effectiever en met meer plezier te kunnen functioneren. Deze invloeden kunnen onderwerp zijn van het traject. Soms blijkt dat de vraagstukken op zakelijk niveau gelijklopende oorzaken hebben als de vraagstukken op privé terrein. In beide gevallen wordt – op nadrukkelijk verzoek van de klant - gezocht met de klant naar hoe deze zijn/haar persoonlijke effectiviteit kan optimaliseren en zodoende de gewenste veranderingen / verbeteringen in de zakelijke context kan realiseren.
- Het uiteindelijke doel is de gecoachte te helpen haar/zijn leven (zakelijk en persoonlijk) naar een hoger niveau te tillen met veel aandacht voor het plezier in werken. Kernwoorden hierbij zijn:
  - autonomie: ik heb altijd keuze
  - authenticiteit: wie / wat wil ik zijn
  - zingeving: wat is mijn toegevoegde waarde als professional, leidinggevende, medewerker en collega.
  - zelfbewustzijn en gezonde eigenwaarde: iedereen heeft de kwaliteiten om te kunnen groeien.
  - zelfvertrouwen: het vermogen om om te gaan met onzekerheid en de veranderende omgevingsfactoren.
- De vraag ‘wat als het coachingstraject als moeilijk wordt ervaren’ kun je als volgt bekijken. Een dergelijke situatie biedt bij uitstek de mogelijkheid voor reflectie en analyse. Immers in de dagelijkse werksituaties heeft de gecoachte ook niet altijd de mogelijkheid om de omstandigheden te veranderen, andere medewerkers of een andere gesprekspartner te kiezen. Je zult samen met betrokkene naar een andere houding dienen te zoeken om op een effectieve manier te communiceren en samen te werken.

## 3. Integratie

In de aanpak zal de personal coaching gericht zijn op alle niveaus van *Integration* - zie onderstaande figuur -. Hierbij behoren vragen als ‘waartoe dient mijn aanwezigheid als leidinggevende, verkoper, ondernemer, directeur etc. Wat is mijn bijdrage aan de organisatie. Wie / wat wil ik zijn in mijn professionele rol. Wat wil ik betekenen. Ook vragen op het niveau van overtuigingen en waarden zijn van groot belang voor het bereiken van de gewenste resultaten. Deze vragen zijn bepalend voor de wijze waarop de gecoachte zijn/haar capaciteiten inzet, hoe jij je zult gedragen en op welke wijze je invloed uitoefent op resp. verantwoordelijkheid neemt voor eigen gedrag en voor de omgeving, zijnde collega's, medewerkers, klanten en andere belanghebbenden.

<p><b>Opdracht / functie</b> Toegevoegde waarde, betekenis in relatie tot de omgeving</p>
<p><b>Rol</b> Wie / wat wil ik zijn in deze rol</p>
<p><b>Overtuigingen over:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigen waarden en normen</li> <li>• eigen vaardigheden</li> <li>• eigen gedrag</li> <li>• omgeving</li> <li>• eigen emoties</li> <li>• eigen leven</li> </ul>
<p><b>Vaardigheden</b> potentiële, ontwikkelde capaciteiten, kennis en talenten</p>
<p><b>Gedrag</b> actie, direct meetbaar</p>
<p><b>Omgeving</b> gebied van resultaat, reactie en feedback. concreet meetbaar</p>

#### 4. Welke vorm van personal coaching past

Wij bieden twee vormen van personal coaching aan, waarbij de zakelijke, professionele context leidend is:

##### *Transpersoonlijke coaching*

De stijl van leidinggeven, de wijze van communiceren, het vermogen zich te verbinden met een team, het innemen van je plek, het nemen van verantwoordelijkheid, zelfvertrouwen en motivatie worden in belangrijke mate bepaald door de persoonlijkheid van de professional. Transpersoonlijke Coaching richt zich op de persoonskenmerken, de paradigma's en de overtuigingen van waaruit de klant denkt en functioneert binnen de zakelijke context. Hier spelen vooral de ontwikkelingsniveaus en de behoefte aan persoonlijke, professionele groei van de klant een grote rol.

Het coachingstraject omvat 1 kennismakings- intakegesprek, 5 coachingsgesprekken en 1 evaluatie gesprek. De doorlooptijd bedraagt ca. 4 maanden.

##### *Oplossingsgericht Coachen*

Deze vorm richt zich meer op de dag-dagelijkse-zaken, zoals:

- herkennen en ontwikkelen van kwaliteiten omgaan met veranderingen en weerstand, veranderingsbereidheid
- omgaan met stress, conflictueuze situaties, ontspanning en rust
- ontwikkelen van effectieve doelstellingen en persoonlijk (time-)management

De moderne coach gaat uit van de wens van de klant om snel en comfortabel van A naar B te komen. In hun professionele leven willen klanten in het verwezenlijken van hun doelen, ideeën en dromen op een heldere wijze in hun kracht worden gezet (empowerment). Oplossingsgericht Coachen voorziet in deze behoeften.

#### *Hoe lang duurt het ?*

In een Oplossingsgericht Coachingstraject wordt de klant als de expert beschouwd. De klant zit achter het stuur en geeft zelf de bestemming aan van de reis. We vragen van de klant dat hij de bestemming samen met zijn leidinggevende bepaalt.

We zijn verrast over de snelheid waarmee klanten zelf op de goede weg weten te komen. Aan het einde van elk gesprek stellen wij met de klant vast of er voldoende verbetering is en of de klant zelfstandig verder kan.

De klant bepaalt de duur van het traject. In de praktijk blijkt dat 3 – 4 gesprekken voldoende zijn.

#### *Intake gesprek*

Het intake gesprek heeft tot doel om de professionele leervraag te verduidelijken en te vertalen naar concrete leerdoelen. In veel gevallen zullen we ook met je kijken naar de persoonlijke vraag die achter professionele vraagstuk zit. Wanneer je vanuit een breder perspectief zicht hebt op de vraagstukken en weerstanden die je in je werk ondervindt, volgt de vertaalslag naar concrete doelen en middelen.

In het intake- en kennismakingsgesprek wordt gekozen welke vorm van coaching het meest adequaat is.

Afhankelijk van de leervraag wordt in de intakefase de manager van gecoachte betrokken bij het formuleren van de gewenste outcome. In dat geval zal de manager van betrokkene ook bij de evaluatie worden betrokken.

#### 5. Doelstellingen

De doelstellingen voor de personal coaching al dan niet in combinatie met de workshop Persoonlijk Meesterschap zijn verschillend.

Enkele voorbeelden:

- behoefte aan persoonlijke ontwikkeling en groei, die uitstijgt boven vaardigheden.
- onderdeel van een management development programma.
- om antwoorden te vinden op concrete vraagstukken die met het dagelijks functioneren samenhangen (bv. stress, conflicten, motivatie).
- inzicht in eigen kunnen om daarmee optimaal te functioneren en maximaal plezier in werken te krijgen.
- voor bewustwording en veranderen van persoonlijke belemmeringen, die een professionele ontwikkeling in de weg staan.
- balans te hervinden tussen werk en privé.
- hervinden van persoonlijk evenwicht (zelfbewustzijn, zelfvertrouwen en zelfrespect).
- opnieuw richting in zakelijk en persoonlijk leven bepalen.

#### 6. Werkwijze

- Aan het traject gaat een kennismakingsgesprek vooraf, waarin de doelstellingen van de zijde van de klant worden benoemd en waarin wij beoordelen of wij in de verwezenlijking een effectieve bijdrage kunnen leveren. In dit gesprek wordt tevens vastgelegd van welke aanpak je de beste resultaten mag verwachten

- Afhankelijk van het vraagstuk zal een werkwijze worden gekozen die het beste past bij de vraag en het individu van de klant. Hierbij kun je denken aan gestructureerde en effectieve gesprekken, mogelijk in combinatie met een wandeling in de duinen en bossen. Het voordeel van de actieve toevoeging is dat de symbolen en beelden die zich daarbij aandienen direct van toepassing zijn op de vraag van de gecoachte.
- Gedurende het traject wordt verwacht dat de gecoachte zijn/haar doelstellingen aanvult en bijstelt. Overleg met zijn/haar manager en feedback vragen van anderen is daarbij een uitstekend hulpmiddel.
- Van elk gesprek wordt een opname gemaakt. De klant krijgt de opname van het gesprek op cd mee, met het verzoek een kort verslag te maken van de leer- en aandachtspunten en de beleving. Dit verslag wordt aan ons opgestuurd. Op deze wijze blijft de aandacht van de klant in de periode tussen de gesprekken gefocust op het proces en geeft het ons informatie over de voortgang.
- Waar nodig ontvangt de klant ondersteunend materiaal (syllabi en literatuur verwijzingen.)
- Een mogelijk gewenste optie is personal coaching in combinatie met deelname aan de workshop Persoonlijk Meesterschap. De bijzonderheden van de workshop vindt je in folder Persoonlijk Meesterschap. De omvang en de daarmee verbonden investering wordt aan de hand van het vraagstuk en de situatie bepaald.

## 7. Kwaliteit en garantie

### *Certificering en klanttevredenheidsonderzoek*

Gedurende het inmiddels 16 jarig bestaan van Van Breemen & Partner bv, is ons werk gehonoreerd met het predicaat CEDEO erkend. We hebben besloten na 15 jaar die overeenkomst met CEDEO niet meer te verlengen en zijn wij als zodanig niet meer gerechtigd het logo te voeren. In ons bestaan zijn we meerdere malen gecertificeerd.

Enkele citaten uit het CEDEO-verslag van deelnemers aan de workshops en programma's:

*“Hij haalt het beste uit elk mens”, “Je wordt op weg geholpen met de volgende stappen en keuzen. Er gebeurt veel meer dan je had verwacht.”, “Het is zeer verfrissend en verruimend, een ervaring bijna niet in woorden uit te drukken. Het werkt door in je gehele leven.”*

Het volledige verslag van het onderzoek zullen wij u graag op aanvraag toesturen. Onderstaand geven wij u het overzicht van de scores uit het verslag van CEDEO 2006. Een uittreksel uit het verslag vind je op onze website:

[www.vanbreemen.nl](http://www.vanbreemen.nl)

### *Erkenningen en lidmaatschappen*

Van Breemen & Partner bv is lid van en werkt volgens de beroepscode van NVO2 - Nederlandse Vereniging van Opleiders - en NOBCO - Nederlandse Orde Beroepscoaches. Van Breemen & Partner bv is gecertificeerd door het Nederlands Mediation Instituut (NMI).

## 8. Investing

### *Transpersoonlijke Coaching*

De investering is gebaseerd op de navolgende werkzaamheden:

- kennismaking / intake gesprek
  - 5 advies- / coachingsgesprekken van elk ca. 1 1/2 - 1 3/4 uur
  - evaluatiegesprek na ca 2 maanden,
- totale doorlooptijd ca. 14 weken investering € 1.890.- excl. btw.

Een traject wordt in eerste instantie bepaald door het resultaat. Indien na 5 gesprekken blijkt dat de klant tevreden is met het resultaat (waarover dan wel kritisch doorgevraagd zal worden) dan is dat het einde van het werk. De ervaring leert dat 7 gesprekken, afhankelijk van het vraagstuk in de regel voldoende is. Ingeval aanvullende gesprekken gewenst zijn, zal hierover met de klant en de opdrachtgever worden overlegd.

Het alternatief is 3 gesprekken in combinatie met deelname aan de workshop Persoonlijk Meesterschap.

Aan het intake gesprek zijn in principe geen kosten verbonden, indien je besluit voor personal coaching of deelnamen aan de workshop Persoonlijk Meesterschap. Indien je het intake gesprek wenst te zien als een eenmalige investering zal € 195.- excl. btw in rekening worden gebracht.

### *Oplossinggerichte Coaching*

Hierbij is de investering gebaseerd op:

- kennismakings- en intake gesprek € 195.-
- coachingsgesprek van 1 ¼ - 1 ½ uur waarvan het aantal wordt bepaald door de gecoachte in nauw overleg met ons resp. de opdrachtgever. De ervaring leert dat 3 - 4 gesprekken ruim voldoende zijn. De investering per gesprek bedraagt € 270.- excl. btw

## 9. Voorwaarden

Het coachingstraject is verre van vrijblijvend. Er wordt een grote mate van openheid en persoonlijke inzet verwacht.

Onze werkzaamheden worden met veel zorg, aandacht en resultaatgericht uitgevoerd. De Algemene Voorwaarden gedeponeerd bij de Arrondissementsrechtbank Haarlem zijn van toepassing.

## 10. Locatie en tijden

In verband met de aard van de gesprekken, zullen de gesprekken plaatsvinden in mijn werk-/studeer kamer te Haarlem. Beschikbare tijden zijn 09.00, 11.00, 13.30 en 15.30 uur. In uitzonderingssituaties kan een afspraak op een later tijdstip worden gemaakt.

Contact en informatie

Van Breemen & Partner bv,

Regentesselaan 30

2015 BZ Haarlem

Telefoonnummer 023 534 14 89

e-mail: [info@vanbreemen.nl](mailto:info@vanbreemen.nl)

website: [www.vanbreemenenpartner.nl](http://www.vanbreemenenpartner.nl)

[www.persoonlijk-meesterschap.nl](http://www.persoonlijk-meesterschap.nl)

[www.levedemislukking.nl](http://www.levedemislukking.nl)

[www.meesterlijkkouderschap.nl](http://www.meesterlijkkouderschap.nl)



personal coaching  
professionele ontwikkeling