

Wat is coaching?

Coaching is een vorm van individuele of teamgerichte begeleiding. Coaching bevordert op professionele wijze en op basis van vertrouwen het herstel en evenwicht van de cliënt of team.

Een coach van Eszenza ondersteunt en begeleidt personen bij situaties in zijn/haar werk of privé-leven die zij ongewenst, pijnlijk, ongemakkelijk of frustrerend vinden. De coach helpt de cliënten om de situatie waarmee zij zitten inzichtelijk te maken en leert hen beter omgaan met de bestaande problemen.

De kernwaarden van een coach zijn wederzijds respect, luisteren, empathie, zelfkennis, veiligheid, vertrouwen en gelijkwaardigheid.

Eszenza heeft een breed scala aan mogelijkheden waar de cliënt gebruik van kan maken. Wij bieden onder meer:

- Individuele en teamgerichte coaching
- Een luisterend oor
- Visualisatie
- Diverse spelvormen
- Creatieve werkvormen (muziek, tekenen etc.)
- (Familie) Opstellingen
- Ontspanningstechnieken
- Mindfulness
- (Energetisch) lichaamswerk

In overleg met de opdrachtgever/cliënt maken we gebruik van bovenstaande technieken.

Wanneer kan coaching?

Coaching is een effectieve methode om ziekteverzuim, motivatieproblemen of andere arbeidsgerelateerde problemen op te lossen. De bron hiervan kan in de werksfeer maar ook in de privé situatie liggen.

Kortdurende, oplossingsgerichte begeleiding van de medewerker of het team is dan essentieel bij het vinden van een oplossing en het terugdringen van het ziekteverzuim.

Preventie is daarom een belangrijk toepassingsgebied van coaching. De kosten van ziekteverzuim of vermindering van prestaties zijn immers veel hoger dan de kosten van een kortdurend preventief coachingstraject.

Coaching kan o.m. worden ingezet bij de volgende arbeidsgerelateerde situaties:

- Stress, overspannenheid en burn-out
- Verzuimpreventie en reïntegratie
- Motivatieproblemen
- Problemen voortkomend uit de aard van de werkzaamheden
- Aanpassingsproblemen bij verandering van functie of bij organisatieveranderingen
- Verbeteren van persoonlijke effectiviteit en communicatie in de werksituatie
- Samenwerking en communicatie verbeteren binnen het team
- Problemen uit de privé-sfeer die van invloed zijn op het werk

Hoe gaat coaching?

In gesprekken en met behulp van oefeningen, bespreekt en onderzoekt de cliënt of het team het probleem met de coach.

Vertrouwen is een essentiële voorwaarde voor coaching. De coach is gebonden aan een ethische code die hem verplicht het besprokene onder zijn of haar beroepsgeheim te houden, ook wanneer het coachingstraject betaald wordt door een derde partij, zoals een werkgever, een reïntegratiebedrijf of een Arbo-dienst.

In het coachingstraject onderscheiden wij de volgende fasen:

- Het creëren van een goede relatie tussen coach en cliënt/team en het vaststellen van de hulpvraag
- Het proces in gang zetten om de cliënt/team zelf inzicht te laten verkrijgen in eigen functioneren en eigen mogelijkheden
- Het stimuleren en motiveren tot het maken van stappen
- Het verankeren van het bereikte resultaat en inzichten en het stimuleren van verdere groei en ontwikkeling van de cliënt
- Het concreet toepassen van de inzichten in het dagelijkse leven en werk van de cliënt/team.

De werkwijze

Voor een coachingstraject vindt er een intakegesprek plaats. Tijdens dit gesprek bespreken we het probleem en kan zowel cliënt/opdrachtgever als de coach besluiten wel of niet met elkaar verder te gaan.

Bij wederzijdse instemming start het formele coachingstraject. De gesprekken duren ongeveer 1 tot 1,5 uur. Het aantal gesprekken is afhankelijk van de probleemstelling. Het is mogelijk dat er 'huiswerk' wordt meegegeven.

Eszenza is aangesloten bij de Algemene Beroepsvereniging voor Coaching (AbvC) en de RBNG. Diverse zorgverzekeraars vergoeden (een gedeelte) van de gesprekken.

Voordelen van preventieve coaching

- Het bespaart kosten door verzuim en ziekte
- Het verhoogt de productiviteit en vitaliteit van de medewerker(s)
- Het verhoogt de continuïteit van uw bedrijf
- Het verbetert de dienstverlening
- Het creëert een prettige werksfeer

Kosten ter preventie van ziekteverzuim kunnen gedekt zijn door de Arbo-dienst. Dit is echter geheel afhankelijk van de afspraken die u als werkgever met uw Arbo-dienst heeft gemaakt.

Contact

Eszenza Coaching en Ontwikkeling
Neringpassage 107
8224 JB Lelystad

06 46 228 223
info@eszenzacoaching.nl
www.eszenzacoaching.nl



Persoonlijke aandacht

Preventie bij ziekteverzuim

Professionele begeleiding:

Waar staan wij?

Wat willen wij?

Wat kunnen wij?

Wat hebben we nodig?