



Wat is loopbaancoaching?

In onze vorm van coaching staan we stil bij waar jij *zelf* bij stil wilt staan. Bij wat voor jou werkt en wat beter zou kunnen werken. Dit kan een heel praktisch, bijvoorbeeld door na te gaan waar jouw ambities en wensen liggen.

Sinds 2008 werk ik als coach voor Stigas, Mijn ervaring is dat er bij loopbaanvraagstukken vaak meer speelt dan de behoefte aan een andere werkomgeving of een oriëntatie op de arbeidsmarkt.

- Herken je bijvoorbeeld dat de angst voor veranderen, het opgeven van het vertrouwde of onzekerheid over jezelf je in de weg kunnen zitten in je loopbaan?
- Of dat je moeite hebt met zaken in je werk die misschien niet alleen zijn op te lossen met een verandering van werkomgeving? Bijvoorbeeld omdat je moeite hebt met het aangeven van grenzen? Of dat je steeds tegen dezelfde problemen in het werk aanloopt?

Naast de klassieke loopbaancoaching, gericht op ander werk, houd ik me veel met dit soort vraagstukken bezig.

Waarom?

Omdat die je verder helpen in je persoonlijke ontwikkeling. En je een gelukkiger mens maken.

Hoe ik doe ik dat?

Dat stemmen we samen af. We beginnen met heel helder te krijgen wat jouw doelen zijn:

- Wat wil je bereiken en wat is daarvoor nodig?
- Wat heb je al in je om dit te bereiken?

Hierbij gebruiken we jouw kracht en kwaliteiten. En we vergroten die.

Wat je aandacht geeft, groeit. We gaan daarom niet graven in je problemen, maar werken in gesprekken en oefeningen toe naar wat jij wil bereiken.

Uiteraard zijn onze gesprekken vertrouwelijk.