

## **Het ontwikkelen van de kracht van binnenuit**

Persoonlijke coaching is voor X-plore Development het, één op één, ondersteunen van mensen bij hun persoonlijke ontwikkeling, bij hun bewustzijnproces en bij doelgerichte veranderingen. Individueel maatwerk wordt hierbij in toenemende mate op prijs gesteld.

Steeds meer organisaties werken met competenties en persoonlijke ontwikkelingsplannen (POP's). Hierdoor is een grotere behoefte ontstaan aan training en coaching. X-plore Development kan een inspirerende rol spelen in organisaties als het gaat om ontwikkeling van medewerkers.

## **Voor wie?**

X-plore Development heeft ruime ervaring binnen training en coaching met leidinggevenden, maar ook veel medewerkers worden door ons gecoacht. In onze praktijk zijn de meest voorkomende vragen terug te brengen tot onderstaande punten:

- De behoefte van mensen om geen speelbal meer te zijn van situaties, van hun gedachten en hun gevoelens. Zij willen vanuit innerlijke stilte en werkelijke aandacht hun essentiële kwaliteiten ontdekken en inzetten (zie ook Quantumtraining)
- De behoefte van mensen om zichzelf beter te leren kennen en hun behoefte aan persoonlijke groei. Door meer zelfkennis en bewustzijn leren zij het effect van eigen handelen kennen en behalen ze meer resultaat met minder energie.
- De behoefte van mensen om stress te reduceren en de door hun gewenste gedrag te ontwikkelen om daardoor effectiever te worden (werken aan competenties of persoonlijkheidskenmerken).

## **Aanpak**

Coaching start met een gesprek met de leidinggevende van de gecoachte over de beoogde doelen, die vanuit de organisatie zijn gesteld. Vervolgens vindt een uitgebreide intake plaats met de coachkandidaat. Tijdens deze intake wordt gekeken naar de persoonlijkheid van de gecoachte, de gewenste eindresultaten en de intrinsieke motivatie. Een "klik" tussen de medewerker en de coach is een belangrijke voorwaarde om verder te gaan met elkaar. Aan het eind van de intake bespreken de coach en de kandidaat met elkaar of en zo ja, hoe er verder gegaan wordt.

Als we verder gaan, ontvangt de coachkandidaat van ons een coachplan, waarin de ontwikkelingsvraag, de werkwijze en de aanpak staan beschreven. Als de medewerker tevreden is over het voorstel bespreekt hij/zij dit binnen de organisatie met de leidinggevende en na goedkeuring start het traject. Een traject op het gebied van persoonlijke coaching duurt meestal tussen de vier en zes maanden, waarbij driewekelijks een bijeenkomst plaatsvindt van anderhalf uur. De meeste trajecten duren 7 tot 10 gesprekken. De sfeer waarin de persoonlijke coaching plaatsvindt is open en ontspannen. Persoonlijke aandacht, betrokkenheid en intensieve begeleiding van de coach vormen de sleutelwoorden.

Alle correspondentie rondom de coaching is persoonlijk aan u gericht. Wij gaan er vanuit dat u zelf uw leidinggevende op de hoogte houdt van uw ontwikkelingen. Daar waar gewenst zal de coach samen met de gecoachte of in overleg met de hem/haar terugkoppelen naar de opdrachtgever.

## **Welke organisaties gingen u voor?**

X-plore Development kan inmiddels terugkijken op ruim 20 jaar ervaring binnen zowel profit- als non-profit organisaties. Die ervaring heeft geleid tot een aanpak, die een blijvende verandering van mensen en organisaties tot doel heeft.

Wij hebben coaching verzorgd voor onder andere de volgende organisaties:

- Waterschap Rijn en IJssel (Doetinchem)
- Gemeente Hengelo
- Saxion Hogeschool (Enschede/ Deventer)
- KPMG (Utrecht)
- ISS (Utrecht)
- Regio Politie Gelderland-Zuid (Nijmegen)
- Asito (Almelo)
- Verpleeghuis Bruggerbosch (Enschede)

## **Contact**

Heeft u belangstelling of vragen neem dan contact op met Jeroen van Ewijk, supervisor persoonlijke coaching van X-plore Development (0575 – 56 55 57) of stuur hem een bericht per e-mail: [j.vanewijk@x-plore.nl](mailto:j.vanewijk@x-plore.nl) .

Onze website is [www.x-plore.nl](http://www.x-plore.nl)

---