

Begeleiden-individueel **Loopbaan-coaching**

En dan sta je op een kruispunt in je werkzame leven. Zelfgekozen of gedwongen maakt daarbij zeker verschil in hoe je het beleeft en mee bezig bent.

Maar in beide gevallen is het een ontzettend lastig vraagstuk. Want wat is een goede volgende stap? Ga je 'gewoon' solliciteren op alle vacatures die langskomen en in jouw richting zitten of wil je dit moment ook gebruiken voor een pas op de plaats? Weet je eigenlijk wel waar je naartoe wilt? Zoek je een vaste baan of denk je aan een eigen bedrijf? Zit je nog wel in het goede vakgebied? Heb je weleens een serieuze professionele stip op de horizon durven zetten voor jezelf?

En stel dat je daar concrete beelden bij hebt, weet je dan ook hoe je dit gaat realiseren?

Misschien komt bovenstaande je heel bekend voor, zit je zelfs al enige tijd in zo'n situatie en lukt het maar niet om een passende nieuwe start te maken... Heel frustrerend is dat en je kunt er zelfs moedeloos van worden.

Herken je bovenstaande of aspecten ervan, denk dan eens aan een coachingstraject gericht op loopbaanvragen en loopbaanperspectief.

Aspecten van loopbaancoaching

- zelfanalyse
- levenslijn
- loopbaanlijn
- keuzepatronen
- kwaliteiten
- wensen, dromen
- ambities
- overtuigingen
- verwachtingen
- context-onderzoek
- vakoriëntatie
- rolopvatting
- professionele attitude
- branche onderzoek
- succes- en faalervaringen
- stip op horizon
- realiteitszin
- personal story
- netwerken
- daadkracht mobiliseren
- actieplan 'van werk naar werk'

Vorm

De basis van coaching is geconcentreerde, gerichte aandacht. Daarom werkt coaching het beste in een live-setting 1 op 1, in een rustige, neutrale, ruisarme omgeving.

Tijdens een telefonisch intakegesprek wordt duidelijk met welke loopbaanvragen jij worstelt en waar je graag onder begeleiding van een coach de accenten wilt leggen. Wij koppelen je vervolgens aan een coach die bij jouw thema's past. Jij bepaalt na een korte kennismaking of je een klik hebt met deze coach. Als dit niet het geval is, zoeken we een andere coach voor je. Wij

vinden een klik tussen coachee en coach cruciaal als randvoorwaarde voor een succesvol coachingstraject.

Tijdens de coachingsessies zet de coach diverse gesprekstechnieken in en kiest aanvullend ook andere werkvormen. De coach kan gebruik maken van theoretische modellen ter verduidelijking en om inzichtsvruiming te stimuleren.

De coach kan denk- of doe-opdrachten meegeven aan de coachee voor de periode tussen de coachingsbijeenkomsten. Bij coaching gericht op loopbaanvragen en loopbaanperspectief raden wij minimaal 6 bijeenkomsten aan.

Optioneel

Bij een coachingstraject waarbij zelfanalyse een belangrijk onderdeel is, raden wij aan om te starten met een Zelfscan. Als je zicht wilt krijgen op jouw talenten en drives is een zelfscan een goed middel. Van der Hilst gebruikt de TMA (Talent Motivatie Analyse) als basis voor de zelfscan.

De TMA is een digitaal (zelf)assessmentinstrument waarbij je 312 vragen invult. Je ontvangt hiervan een uitgebreide rapportage waarin jouw talenten en motivatie in kaart zijn gebracht.

Ook wordt hierdoor duidelijk bij welke competenties ontwikkelpotentieel aanwezig is.

Tijdens het duidingsgesprek maak je de rapportage specifiek en kun je de gegevens interpreteren op maat van jou en jouw context.

Voor meer informatie over de mogelijkheden voor een zelfscan en prijzen klik hier [link naar landingspagina over de zelfscan.](#)

Goed om te weten

- Een loopbaan-coaching traject bestaat uit 6 bijeenkomsten. Inkopen van meer coachingsbijeenkomsten is natuurlijk altijd mogelijk.
- Datum, locatie en frequentie bepalen de coachee en coach in onderling overleg.
- Duur van een coachingsgesprek is 2 uur aaneengesloten.
- Interesse? Bel ons, of stuur een bericht: bel (033) 450 50 00 of mail naar info@hilst.nl.
- Wij zorgen voor een match.

Ga voor het complete overzicht van ons aanbod en vormen van begeleiden naar onze [website](#).