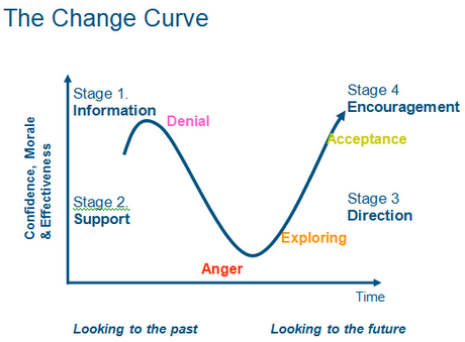
INDIVIDUELE TRAJECTEN

Pieken en Dalen

Iedereen kent ze wel, pieken en dalen. We doorlopen allemaal onze eigen koers en maken ze allemaal geregeld mee. Echter we onderkennen vooral de dalen vaak niet of niet tijdig, waardoor heelwording vaak onnodig lang duurt.

Door gebruik te maken van een coach kun je het koersverloop weer zelf bepalen en uit die negatieve curve komen, zodat jouw onderliggende waarde weer toeneemt en je weer in staat bent te pieken op de juiste momenten.



Accelerate Program

Hoe werkt dit nu in de praktijk? Allereerst vindt er een intake plaats. We onderzoeken de onbalanssen welke liggen binnen jouw vraag of klacht.

De intake is de eerste stap in het Accelerate Program. Na de intake wordt er gewerkt volgens een stappenplan welke zijn sporen inmiddels verdiend heeft. Echter per individu wordt het 'tailor made' samengesteld en geheel is afgestemd op jouw vraag of klacht. Hierin worden ook concrete, reële en haalbare doelen gesteld en opgenomen. Als coach zal ik jou niet alleen moveren, maar het bewustwordingsproces nog sneller op gang brengen door tegelijkertijd gebruik te maken van verschillende technieken. Hiermee komt ook de gewenste verandering tot stand. Wanneer de doelen bereikt zijn vindt er een evaluatie plaats, gevolgd door de afsluiting.

Zoals de naam al doet vermoeden is het Accelarate Program gericht op acceleratie, versnelling. Het doel is dan ook om jou binnen een zo kort mogelijke periode te laten accelereren naar jouw doel.

Veel voorkomende klachten zijn bijvoorbeeld; je niet goed genoeg voelen, regelmatig in conflictsituaties belanden, stress ervaren, lichamelijke pijntjes, onverwerkt verdriet of 'burn out' verschijnselen.

Vragen kunnen zijn; hoe komt het toch dat ik altijd deze 'foute' keuze maak, ik wil de top bereiken maar weet niet hoe, ik durf geen beslissing te nemen of ik zit momenteel vast en heb hulp nodig.

Privacy

Net als andere hulpverleners in de gezondheidszorg, bijvoorbeeld de huisarts, heeft een coach een geheimhoudingsplicht. Geheimhouding betekent dat de gegevens over u niet aan anderen mogen worden verstrekt zonder uw uitdrukkelijke toestemming. Tevens worden uw gegevens opgeslagen en bewaard volgens wettelijke voorschriften.

Wanneer de werkgever de opdrachtgever is, dan zal altijd met de klant besproken worden wat wel en niet gecommuniceerd wordt naar de werkgever.

Kosten

Zie het als een investering in jezelf. Ga nu alvast na hoeveel het je oplevert als je veranderd bent!

Nieuwsgierig?

0299 – 423598

info@realize.pro