

# ***HET COACHINGSTRAJECT IN 5 FASES***

### ***Fase 1: Persoonlijke coachingsvraag***

Iedere kandidaat die zich aanmeldt gaat door een intake procedure heen, waarin er een persoonlijke coachingsvraag wordt geformuleerd. Wat wil je bereiken met de coaching, waar wil je naartoe werken?

### ***Fase 2: Waar kom je vandaan?***

In de tweede fase wordt er een persoonlijke analyse gemaakt waar de vraag centraal staat: *“Waar kom je vandaan?”* We zijn beïnvloed door generaties, maar wat is dan die specifieke invloed in mijn persoonlijke leven? We kijken zowel feitelijk, genetisch als psychologisch naar de groei en ontwikkeling van de persoon. Naar aanleiding van deze persoonlijke analyse kunnen we verder naar de volgende stap.

### ***Fase 3: Wat zijn jouw specifieke gaven en talenten?***

Waar liggen je persoonlijke gaven en talenten, welke zijn ontwikkeld en welke zijn niet ontwikkeld? Wat heeft jouw gedrag met het gedrag van anderen te maken en hoe kun je dit positief beïnvloeden?

### ***Fase 4: Waar ligt je kans om te groeien?***

Groeien gaat altijd door verbinding. Hoe kun jij optimaal in verbinding staan met anderen en waar liggen dan de kansen voor persoonlijke groei en de verwezenlijking van je persoonlijke doelen? Hoe kun je deze persoonlijke doelen combineren met de doelen en belangen van de organisatie waar je voor werkt?

### ***Fase 5: Balans***

Hoe is de balans in jouw persoonlijke leven zichtbaar geworden in de coaching? Ervaar jij persoonlijke balans en hoe ervaar jij de balans met je omgeving? Hoe werk jij aan een gezonde balans en houd je zicht en controle op je eigen leven?

### ***Kosten***

Het coachingstraject begint met een basispakket waarin de eerste vijf fasen met de deelnemer doorlopen worden. Deze fasen worden uitgewerkt in 10 persoonlijke zittingen. iMovere heeft bewust een lage instap gecreëerd, zodat de contextuele coaching voor veel mensen beschikbaar en bereikbaar is. Voor de 10 sessies hanteren wij een totaalprijs van 750,- euro. Dit is exclusief de kosten van de persoonlijke online scan. In een persoonlijke intake worden de mogelijkheden besproken.

Interesse? Neem vrijblijvend contact met mij op. E: [frank@i-movere.nl](mailto:frank@i-movere.nl) of M: 06-51101648