



ispirata

coaching & training





voorwoord	3
individuele coaching	4
teamtrainingen	7
workshops / intervisie	8
coachings thema's	9
profiel en persoonlijke kleur	10
partners	11
contact	12

Inhoud

Voorwoord

Persoonlijke groei en effectiviteit

Jouw leervraag staat centraal. Ispirata helpt je zicht te krijgen op oorzaken achter je leervraag, die je belemmeren of onvrij maken. Je leert met nieuwe ogen naar oude patronen en gewoonten te kijken, waardoor je daar opnieuw betekenis aan kunt geven. Je leert stappen te zetten om kwaliteiten die uit beeld zijn geraakt weer opnieuw 'eigen' te maken en in te zetten. Hierdoor meer jezelf te kunnen zijn in situaties die nu ongemakkelijk voelen.

Bijdrage aan de effectiviteit van uw organisatie

In organisaties volgt de ene verandering de andere steeds sneller op. Bedrijfsdoelstellingen worden sneller en makkelijker behaald als die hand-in-hand gaan met het behalen van persoonlijke doelstellingen van je medewerkers. Ispirata helpt leidinggevend en medewerkers bij persoonlijke groei en het vergroten van hun effectiviteit en daarmee hun productiviteit voor uw organisatie. Ispirata coacht naar behoefte zowel individueel als in teams.





individuele coaching



Voor wie is de coaching bedoeld?

De coaching is bedoeld voor iedereen die wil groeien in persoonlijke ontwikkeling en effectiviteit. Wij gunnen het iedereen te werken aan de eigen groei en uit jezelf te halen wat erin zit. Voor de coaching is geen directe aanleiding nodig in de vorm van een burn-out die op de loer ligt, of disfunctioneren. De praktijk is echter dat mensen pas in coaching gaan als ze werkelijk last gaan krijgen van aspecten in hun persoonlijk functioneren en ze hun gedrag daarin willen veranderen. Wij coachen medewerkers met vragen over hun manier van

samenwerken, omgaan met autoriteit en het afwenden van overspannenheid maar ook managers met vragen over hun stijl van leidinggeven en het effect daarvan op hun medewerkers en het verbeteren van hun persoonlijke performance en zelfvertrouwen.

Hoe werken we?

We werken vanuit een positieve grondhouding en coachen mensen bij het ontwikkelen en ontdekken van hun eigenheid. Je leert met nieuwe ogen naar

oude patronen en gewoonten te kijken, waardoor je daar opnieuw betekenis aan kunt geven. Je krijgt zicht op oorzaken die je belemmeren of onvrij maken en we helpen je stappen te zetten om kwaliteiten die uit beeld zijn geraakt weer opnieuw 'eigen' te maken. In die zin hoef je niet te veranderen, maar gaat het er om meer jezelf te worden. Te ervaren dat je het zelf in de hand hebt om daar wat mee te doen en de verantwoordelijkheid te nemen hierin een keuze te maken.


Ondersteund door verschillende methoden en technieken geven we een aanzet tot het vergroten van je effectiviteit. De coaching werkt alleen als je er zelf voor kiest en als je zelf verantwoordelijkheid neemt voor het bereiken van resultaten.

Hoe ziet een coachingstraject eruit?

De coaching begint met een intakegesprek. Daarin komt het volgende aan de orde:

- wederzijdse kennismaking
- het onderzoeken en formuleren van je coachingsvraag
- inventariseren in welke situaties en onder welke omstandigheden je coachingsvraag actueel is
- vastleggen van je verwachtingen en het einddoel van je coaching
- eventuele bedenktijd of je de coaching in wilt zetten

Gemiddeld heb je na vijf coachingsgesprekken voldoende handvatten gekregen waarmee je vooruit kunt. In geval er een opdrachtgever is (bijvoorbeeld je leidinggevende of personeelsfunctionaris), volgt een evaluatiegesprek waar jij en de opdrachtgever bij aanwezig zijn.



In de evaluatie stellen we ook vast of er behoefte is om de coaching verder te vervolgen. In de praktijk bestaat een volledig coachingstraject gemiddeld uit tien coaching-gesprekken. Naast het inzicht dat in de eerste gesprekken ontstaat, heb je dan ook de ruimte om deze inzichten om te buigen naar ander gedrag en te waarborgen dat het nieuwe gedrag beklijft. Coachingsgesprekken duren zo'n anderhalf uur.

**inspireert
tot groei
en effectiviteit**

Afstemming met de opdrachtgever

Als sprake is van een (betalende) opdrachtgever spreken we met de opdrachtgever af hoe deze wil worden aangesloten aan het coachingstraject. Meestal is de opdrachtgever de leidinggevende of een personeels functionaris. Vooraf hebben we contact over de ontwikkelpunten waaraan we met de client werken; tussentijds en aan het eind over de behaalde resultaten en de borging ervan in de werkomgeving. De evaluatiegesprekken vinden plaats met de client, opdrachtgever en coach. De gesprekken met de opdrachtgever richten zich op de resultaten. De weg ernaar toe -hoe coach en client daarmee samen aan het werk zijn en wat daarbij besproken wordt- blijft in vertrouwen tussen coach en client. Het is aan de client of die daar wat over wil vertellen of niet.

teamtrainingen

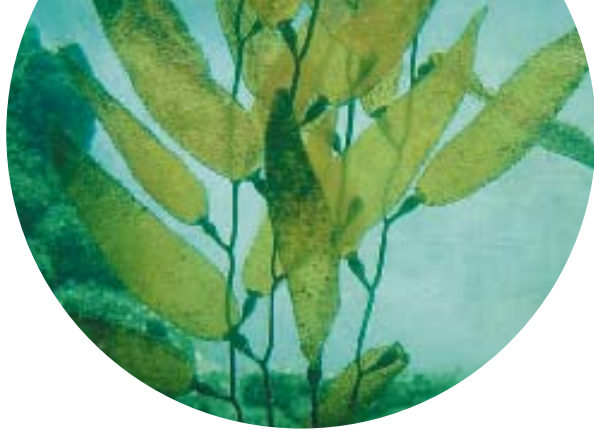
Ispirata levert maatwerk-trainingen voor teams waarin het gaat om het bevorderen van persoonlijke groei en het vergroten van de effectiviteit van uw organisatie. De trainingen worden in overleg met de opdrachtgever zorgvuldig afgestemd op de vraagstelling en de bedrijfsdoelstellingen.

Afhankelijk van de vraagstelling kan het accent liggen op

- het verhogen van de effectiviteit van leidinggevend en projectmanagers
- het bereiken dat leden van teams elkaar meer leren aanspreken op resultaten
- het ontwikkelen van zelfsturende teams
- het verhogen van de coachingsvaardigheden van leidinggevend

Coachingsvaardigheden van leidinggevend

Wij geloven erin dat verbetering van de persoonlijke effectiviteit bijdraagt aan een hogere productiviteit van jezelf en van de ander. Het zien van mogelijkheden hierin, die te onderkennen en bespreekbaar te maken met je medewerkers en hierin te faciliteren vereist van jou als leidinggevende in je rol van coach ook de nodige vaardigheden en competenties. Moderne bedrijven zoeken steeds vaker leidinggevend die open communiceren en niet bang zijn zich kwetsbaar op te stellen. Ispirata helpt leidinggevend bij het verkrijgen van coachingsvaardigheden zodat zij die kunnen inzetten bij het coachen van hun medewerkers en het realiseren van de bedrijfsdoelstellingen.



workshops intervisie

Wij kunnen workshops, lunch -en ontbijtsessies verzorgen rond specifieke thema's die binnen uw organisatie aandacht vragen.

Ispirata ondersteunt intervisie groepen bij het scherp krijgen van de vraag en het begeleiden van zelf ingebrachte casuïstiek tot een antwoord voor de vraagsteller.

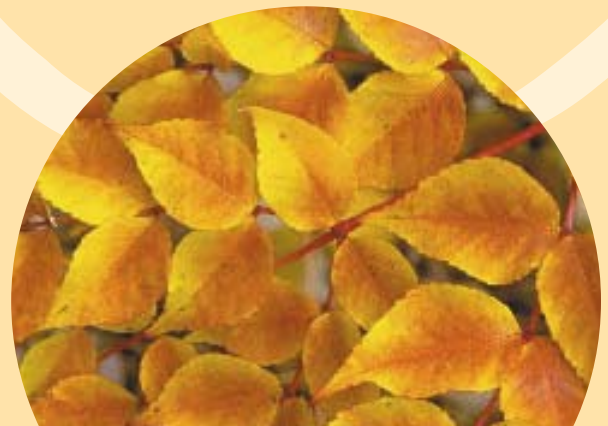
Voorbeelden van dergelijke thema's zijn:

- Vergroten van persoonlijke effectiviteit
- Impact van stijl van leidinggeven op de effectiviteit van uw medewerkers
- Wat vraagt coachend leiderschap van jou als leidinggevende?
- Omgaan met weerstand bij veranderingen; in beweging brengen van je medewerkers

Voorbeelden waarin een coachingstraject een doeltreffend instrument is voor mens en organisatie:

- Afwenden van dreiging op overspannenheid of burn-out
- Vinden van een balans in werk en prive
- Verbeteren van functioneren, persoonlijke performance en zelfvertrouwen
- Leren meer contact te maken met de ander
- Leren omgaan met autoritair gedrag
- Versterken van samenwerking en leren werken in teamverband
- Afbouwen onderlinge spanningen en rivaliteit
- Aanleren van coachings vaardigheden
- Begeleiden van medewerkers in hun persoonlijke ontwikkeling.

coachings thema's



profiel en persoonlijke kleur



Ispirata is in 2006 opgericht door Norma van Eijk.

Ik heb vijftien jaar ervaring als leidinggevende in grote bedrijven en ken de omgeving van een voortdurend veranderende organisatie en worstelingen die medewerkers en leidinggevendens hierin kunnen hebben.

Mijn persoonlijke kleur wordt mede gevormd door deze ervaring en de wens om voor client en opdrachtgever een resultaat uit de coaching te behalen. Hier zit voor mij de koppeling tussen persoonlijke groei en effectiviteit die daaruit vrijkomt, in welke zin dan ook. De wisselwerking tussen bedrijfsleven en persoonlijk coaching waar ik voor heb gekozen, is gelijk mijn handelsmerk als coach. In 15 jaar ervaring als leidinggevende zie ik van dichtbij maar al te vaak hoe mensen vast kunnen lopen of in de knel

raken en het helpt me om vanuit mijn eigen ervaring te kunnen plaatsen waar een client het over heeft en in welke werkomgeving iemand verkeert. Mensen zoeken vaak ook de praktische kant in de begeleiding van iemand die weet hoe de praktijk is.

In mijn coaching staat jouw leervraag centraal. Met respect voor de beweging die je daar zelf in wilt maken, help ik je zicht te krijgen op oorzaken achter je leervraag, die je belemmeren of onvrij maken. Hierdoor leer je met nieuwe ogen naar oude patronen en gewoonten te kijken, waardoor je daar opnieuw betekenis aan kunt geven. Je leert stappen te zetten om kwaliteiten die uit beeld zijn geraakt je weer opnieuw eigen te maken en in te zetten.

Hierdoor meer jezelf te kunnen zijn in situaties die nu ongemakkelijk voelen.

In de koppeling tussen persoonlijke groei en effectiviteit zie ik coaching ook als bijdrage aan de effectiviteit van organisaties. In organisaties volgt de ene verandering de andere steeds sneller op. Ik geloof erin dat bedrijfsdoelstellingen sneller en makkelijker worden behaald als die hand-in-hand gaan met het behalen van persoonlijke doelstellingen van je medewerkers. Ik help leidinggevend en medewerkers bij persoonlijke groei en het vergroten van hun effectiviteit en daarmee de productiviteit van hun organisatie.

Ispirata staat in het Italiaans voor 'geïnspireerd zijn / bezielde zijn'. Dat is wat ik wil in de coaching: dat mensen geïnspireerd raken om hun geboortegeschenken uit te pakken en deze (opnieuw) in te gaan zetten in de praktijk van alledag. Daardoor persoonlijk te groeien en effectiever te werken.

partners

Via Intervisie en vakopleidingen staan we in contact met professionele collega coaches naar wie we je kunnen doorverwijzen als dat aan de orde is. Bijvoorbeeld als de vraag ons aanbod overstijgt of als je beter geholpen bent door iemand met een andere professie.

Wij verwijzen je door naar professionals op medisch gebied als we je niet effectief kunnen helpen, bijvoorbeeld als je vraag therapeutisch of medisch van aard is.



contact

Post- en bezoekadres

Calfvense Bosloop 35

5032 WE Tilburg

Telefoon

013 46 76 940

Mobiel

06 13 44 61 45

E-mail:

info@inspirata.nl

www.inspirata.nl

