

Coachingsprofiel Siebke Kaat

Persoonlijke gegevens Siebke Kaat

Geboortedatum: 7-9-1961

Getrouwd, 2 kinderen

Woonachtig te Ede (ik heb daar ook een coachingsruimte)

Mijn manier van coachen:

De start:

Als je bij mij komt dan is er een aanleiding, en een wens tot verandering. Dat is een prima start. Samen met jou ga ik op zoek naar wat je zou willen bereiken met de coaching. Als de coaching een toverstokje zou zijn, wat zou je ervan merken als je het zou gebruiken? Dit maakt heel concreet waar we samen naar gaan kijken. Het helpt om realistische doelen te stellen. Soms is het handig om dit samen met je leidinggevende te bespreken.

De coaching:

Ik ben er voor jou. Dus ik kies samen met jou voor manieren die jou helpen en die bij jou aansluiten. Soms werkt praten, soms iets oefenen, soms zijn er werkvormen die juist passen op jouw vraag van dat moment. Zo kunnen de verschillende coachings-bijeenkomsten er steeds anders uitzien.

Ik zie mezelf als het duwtje in de rug, de persoon die geen enkel belang heeft bij je functioneren. Jij bent aan zet, en ik help je met alles wat ik aan kennis en ervaring in huis heb.

Het uitgangspunt is je werksituatie; hoe kun je beter tot je recht komen in je werk? Soms betreft het niet je huidige werk, maar gaat het om het verkennen wat een andere werk-stap

zou kunnen zijn; waar kom je goed tot je recht, wat zou een passende stap zijn, gezien wie je bent, en wat je kwaliteiten zijn (al dan niet reeds ontwikkeld).

Thema's waar we mee aan het werk kunnen gaan zijn bijvoorbeeld:

- Hoe vind ik een goede balans tussen werk en privé?
- Hoe kom ik weer in mijn kracht?
- Hoe kom ik van een oud, bekend patroon af?
- Hoe krijg ik mijn energie/motivatie/plezier weer terug?
- Wat zou een goede volgende stap voor mij zijn?
- Ik voel me niet goed in mijn team, laat me ondersneeuwen door collega's..
- Hoe voorkom ik een burn-out?
- Op de een of andere manier lukt het me niet om....
- En nog vele andere varianten ...

Mijn achtergrond:

- Studie psychologie
- Opleiding tot loopbaancoach
- Trainer, adviseur, teamcoach
- Opleiding systeemdynamiek in organisaties

Praktisch:

Meestal gaat het om 5 gesprekken van 1,5 – 2 uur. Deze vinden bij voorkeur bij mij in Ede plaats. De tijd tussen de gesprekken varieert, en bepalen we samen. Desgewenst vindt er een start-, tussen- of eindgesprek plaats samen met je direct leidinggevende.



Het is jouw ontwikkeling, dus jij bent aan zet. Daarmee bedoel ik dat je zelf elke keer start met waar je die bijeenkomst aan wilt werken of naar wilt kijken. Je houdt dan ook zelf je (leer-)doelen in de gaten. Ik maak geen verslag, en geef geen terugkoppeling aan je leidinggevende; jij bent aan zet, en ik ondersteun je bij het zetten van stappen.

We starten met een intakegesprek, waarin we beiden bekijken of we verder met elkaar aan de slag willen, en zo ja, wat het doel van de gesprekken is.

Siebke Kaat 06 17 55 25 85, siebke.kaat@pragmavision.nl