

Personal Coaching

Informatie voor Werkgevers

"Vind richting, herstel balans, groei als mens"

Zingevingcoaching voor duurzame inzetbaarheid
en persoonlijke ontwikkeling

Wat is Zingevingencoaching?

Persoonlijke begeleiding voor duurzame verandering

Zingevingencoaching is een persoonlijke begeleidingsvorm die verder gaat dan traditionele coaching. Het richt zich op het vinden van richting, het herstellen van balans en het stimuleren van duurzame persoonlijke groei.

Drie Pijlers

Burn-out Herstel

Terugvinden van energie, grenzen leren stellen en opbouwen naar een duurzame balans. Focus op herstel dat beklijft, niet op quick fixes.

Loopbaan & Carrière

Ontdekken wat iemand écht wilt. Richting vinden, een carrière switch overwegen, of werk vinden dat beter past bij wie je bent.

Persoonlijke Groei

Zelfontwikkeling, meer bewustwording en het creëren van innerlijke rust. Groeien als mens, zowel professioneel als privé.

Voor wie is het geschikt?

- ✓ Medewerkers die herstellen van burn-out of overbelasting
- ✓ Mensen die zoeken naar richting in hun loopbaan
- ✓ Werknemers in een re-integratietraject
- ✓ Iedereen die behoefte heeft aan persoonlijke groei

Het Traject

Een helder stappenplan voor ontwikkeling

Een coachingtraject bestaat uit 3 persoonlijke sessies verspreid over 6 tot 8 weken. Dit geeft voldoende tijd voor reflectie en het toepassen van inzichten in de praktijk.

1 Gratis Kennismaking

Een vrijblijvend gesprek van 30 minuten om elkaar te leren kennen en de situatie te bespreken.

2 Drie Coaching Sessies

Persoonlijke één-op-één sessies van 60 minuten. Online of op locatie, geheel naar wens.

3 Persoonlijk Dashboard

Toegang tot een online platform voor voortgang tracking, reflecties en ontwikkeling.

4 Opdrachten Tussendoor

Op maat gemaakte oefeningen en reflectiemomenten tussen de sessies.

5 Evaluatie & Nazorg

Afsluiting met een evaluatiegesprek en concrete handvatten voor de toekomst.

Flexibele Invulling

Het traject wordt afgestemd op de individuele situatie en behoeften. Sessies kunnen zowel online als op locatie plaatsvinden.

Voordelen voor de Werkgever

Investeren in mensen loont

Investeren in de persoonlijke ontwikkeling van medewerkers levert concrete voordelen op voor uw organisatie.

Sneller & Duurzamer Herstel

Gerichte begeleiding zorgt voor een effectiever herstelproces bij burn-out. Medewerkers keren sterker terug en het risico op terugval is lager.

Hogere Productiviteit

Medewerkers die zich gehoord en ondersteund voelen, presteren beter en zijn meer betrokken bij hun werk en de organisatie.

Minder Verzuim

Preventieve coaching voorkomt uitval en vermindert langdurig ziekteverzuim. Een kleine investering voorkomt grote kosten.

Gemotiveerde Medewerkers

Investeren in ontwikkeling verhoogt de motivatie en loyaliteit. Medewerkers voelen zich gewaardeerd en blijven langer.

Preventie van Uitval

Vroege signalering en begeleiding voorkomen dat kleine problemen uitgroeien tot langdurige uitval.

De Kosten van Verzuim

Een gemiddelde verzuimdag kost €250-€400. Een burn-out duurt gemiddeld 9-12 maanden. Coaching kan weken tot maanden aan verzuim voorkomen.

Praktische Informatie

Alles wat u moet weten

Investering

Elk traject is maatwerk. De investering is afhankelijk van de specifieke situatie en behoeften van de medewerker. Neem contact op voor een vrijblijvend gesprek en een offerte op maat.

Vergoedingsmogelijkheden

In veel gevallen kan coaching worden vergoed via:

- ✓ Re-integratiebudget (UWV of gemeente)
- ✓ Persoonlijk ontwikkelingsbudget van de werkgever
- ✓ Opleidingsbudget of scholingsfonds
- ✓ Arbodienst of verzuimverzekeraar

Rapportage & Privacy

In overleg met de medewerker is het mogelijk om voortgangsrapportages te verstrekken aan de werkgever of HR-afdeling. De inhoud van de gesprekken blijft altijd vertrouwelijk — de privacy van de medewerker staat voorop.

Gratis Kennismakingsgesprek

Het eerste gesprek is altijd gratis en volledig vrijblijvend. Dit geeft de mogelijkheid om de situatie te bespreken en te bepalen of coaching de juiste stap is. Geen verplichtingen, wel een eerlijk advies.

Locatie & Planning

Sessies kunnen plaatsvinden op een locatie naar keuze of online via videocall. De planning is flexibel aan te passen aan de agenda van de medewerker.

Neem Contact Op

Laten we samen kijken wat coaching kan betekenen

WEBSITE

www.firststeps.nl

E-MAIL

info@firststeps.nl

TELEFOON

06 - 3019 7615

Klaar voor de eerste stap?

Plan een gratis kennismakingsgesprek en ontdek
wat coaching kan betekenen voor uw medewerker.