

De individuele coaching van Time To Grow heeft een sterk resultaatgericht en pragmatisch karakter en is gericht op het creëren van beweging en groei. Er wordt altijd gewerkt vanuit concreet geformuleerde leerpunten die komen vanuit de werksetting. De coach begeleidt door - vanuit respect en integriteit - in de juiste mix te ondersteunen en te confronteren. Voorop staat het sterke eigenaarschap van de coachee en het maximaal aanboren van talenten en potentieel.

### INHOUDELIJK FUNDAMENT

Bij een Time To Grow coaching komen de verschillende psychologische niveaus aan bod. Hierdoor verbinden we de binnenkant (identiteit, waarden en opvattingen) met de buitenkant (vaardigheden en gedrag) en de overkant (omgeving) waarbinnen iemand functioneert. Vooral het helpen verruimen van iemands opvattingen is cruciaal in het ontwikkelen van nieuw gedragsrepertoire. De impact van de coaching is dan ook wezenlijk en de verandering/het effect tastbaar en blijvend.

### HET COACHINGSTRAJECT

Een coachingstraject bestaat doorgaans uit 6 sessies van zo'n 1,5 tot 2 uur, met een tussenperiode van enkele weken tot ongeveer een maand. Een sessie is tussen coach en coachee, maar kan na onderling overleg ook andere vormen aannemen, bijvoorbeeld de coach woont een overleg bij en geeft hierover feedback, of sessies tussen de coachee, de coach en de direct leidinggevende.

### MAATWERK

De coaching wordt waar nodig ondersteund door modellen, self-assessment vragenlijsten, oefeningen, rollenspellen, reflectie-instrumenten en 'huiswerk'. De sessies kunnen worden aangevuld met begeleiding in de werksituatie voor directe verankering. Ieder traject wordt op maat ingericht vanuit een vertrouwensrelatie tussen coach en coachee.



### DRIE TYPEN COACHING

#### Ontwikkelcoaching

Dit kan gericht zijn op het (beter) **voldoen aan de functie-vereisten** zodat scherpe doelen worden neergelegd. Ook kan het gericht zijn op een **specifiek aspect** waar de coachee in zijn werk tegenaan loopt en waarvan hij met name **zelf aangeeft hier iets mee te willen doen**.

#### Potentieelcoaching

Het doel van potentieelcoaching is het **maximaal aanwenden van de (intrinsiek aanwezige) resources** van de coachee om zijn potentieel ten volle te ontsluiten.

#### Loopbaancoaching

Het doel van loopbaancoaching is om te komen tot een **zinnolle (her)inrichting van de loopbaan**, intern of extern. Altijd staan de essentiële vragen centraal: **wie ben ik, wat wil ik en wat kan ik?**

