

Individueel werken aan wat voor jou belangrijk is!

Je zoekt hulp en wenst het liefst in een veilige omgeving en kleine setting aan je uitdagingen te werken. Of het nu gaat om het vinden van rust, inner-peace, geluk in je huidige functie of relatie, het zetten van een volgende stap, het omgaan met werkdruk of stress, relaties met collega's of leidinggevende. Je hebt jezelf al vaak voorgenomen het anders aan te pakken, en toch heb je het gevoel niet uit je vicieuze cirkel te komen. Je zou meer zelfvertrouwen, meer energie of positiever zelfbeeld wensen. Je weet misschien niet wat je nu wilt en wenst daarin helderheid en hulp bij het nemen van belangrijke beslissingen rondom relatie, werk of jezelf.

Wat gaat coaching opleveren?

Vergroting van je zelfbewustzijn en nieuwe inzichten.

Helderheid in wat je wil zien in je leven.

Je groeit in zelfvertrouwen en voelt je enthousiaster en energieke.

Je leeft vanuit wat jij wenst te zien in je leven.

Je leert krachtig te handelen, komt in actie en zet meetbare stappen.

Je creëert blijvende verandering.

Je bent open, echt en in verbinding met anderen

Je bereikt doelen die je voor onmogelijk had gehouden

Je leeft!

Bewustzijns-Coaching:

Wat wij toevoegen aan conventionele coaching is *bewustzijn*: tijdens de coaching sessie zorgen wij voor bewustzijnsverruiming bij jou!

In elke coaching sessie zijn een tiental minuten voorzien om een specifiek thema te introduceren, die we 'bewustzijnscreaties' noemen, bedoeld om je bewustzijn te verbreden. De impact is dat je plots meer mogelijkheden ziet waar er aanvankelijk geen of weinig waren. Dat maakt een groot verschil in kwaliteit en effectiviteit.

De opbouw van de coaching sessie volgt een vaste methodiek die al 25 jaar is doorontwikkeld:

- Stap 1 Maak aandacht vrij en kom aan in het hier en nu
- Stap 2 Erken wie je bent en wat er is, herken belemmeringen, energie lekken
- Stap 3 Formuleer de gewenste resultaten
- Stap 4 Commitment en verantwoordelijkheid nemen
- Stap 5 Creëer inzichten door bewustzijnsverruiming
- Stap 6 Maak keuzes op basis van een holistisch proces
- Stap 7 Integreer nieuwe inzichten en commitments in je leven. Blijf in actie.

Goede coaching met impact:

Coaching is gebaseerd op de fundamentele overtuiging dat mensen alle potentiële middelen in zich hebben om datgene te bereiken wat ze willen. Het ontwaken van deze potentie is een van de hogere ambities van goede coaching. Het aanspreken van jouw onbegrensde krachten maakt mogelijk om in je licht te stappen en te laten zien hoe briljant, schitterend, begaafd en geweldig je bent.

Met de stress en spanningen van het moderne leven, wordt de weg vooruit vaak mistig en onduidelijk. De rol van een coach is om effectieve vragen te stellen en bewustzijn te creëren om jou in staat te stellen door de mist heen te breken en duidelijkheid en focus in je leven terug te brengen. Door regelmatig coaching sessies te houden blijf je op koers en heb je een krachtig middel om verandering veel sneller door te voeren dan zonder coaching.

Waarin verschilt BewustzijnsCoaching van conventionele coaching?

Onze coaching is gebaseerd op klassieke coaching en gaat hand in hand met bewustwording. Klassieke coaching helpt een persoon om effectiever te worden in het realiseren van zijn dromen. Maar als bewustzijnsverruiming ontbreekt, blijft de cliënt antwoorden zoeken in wat hij al kent. Bij BewustzijnsCoaching verruimen we je bewustzijn waardoor je nieuwe, onbekende mogelijkheden ziet. Hierdoor zul je sneller en met nieuwe inzichten naar je gewenste bestemming gaan. Een eenmaal vergroot bewustzijn keert nooit meer terug naar het oude. De inzichten en veranderingen zijn daardoor blijvend van aard.

Jij bent veranderd omdat de inzichten uit jezelf zijn ontstaan. Niemand heeft ze je verteld.

Mijn visie is dat iedereen leert communiceren als een coach. Vanuit coaching ontmoet je de ander op gelijk niveau, er is vertrouwen, respect, verbinding en je mag zijn wie je bent en worden wie je wil zijn. In deze veilige context zijn we bereid om ons open te stellen waardoor we diep contact maken en vanuit de essentie met elkaar zijn. Voor mij is dit een manier van leven. Het is wat ik noem: 'liefdevol communiceren'. Wat als we met iedereen communiceren als een coach? Wat zou de impact zijn als we liefdevol communiceren met bijvoorbeeld je ouders, partner, kinderen, vrienden, burens, klanten, collega's of mensen die we nog niet kennen?

- Charles Ruiters, PCC Coach en lead trainer

Investering

Coaching Particulier 6 uur: € 660,00 excl. btw
6 uur actieve persoonlijke coaching

Coaching 6 uur: € 1.320,00 excl. btw
6 uur actieve zakelijke coaching

Volg je de coaching via een btw-vrijgestelde organisatie? Dan bieden wij je de mogelijkheid om geen btw te betalen. Voor btw-vrijgestelde organisaties berekenen we hiervoor een toeslag van 10%.

Aanpak van je coaching

Je gaat samen met jouw coach aan de slag met je persoonlijke doelen en coachvragen. Jij bepaalt waaraan gewerkt wordt. Voorafgaand aan je eerste sessie ontvang je een verdiepende vragenlijst. Vervolgens bepaal je in de eerste sessie je overall doelen en ga je hiermee gelijk aan de slag. Met je coach bepaal je samen jouw ideale traject en of je face2face, via Zoom of telefonisch gaat coachen.



BewustzijnsCoaching

Tussen de coaching sessies in, ben je in actie om je inzichten en afspraken te integreren in je leven en werk. De totale doorlooptijd van het traject is afhankelijk van hoe je de coach sessies organiseert.

In ieder coachtraject evalueren we jouw voortgang. Aan het eind ronden we het traject af waarbij jij jezelf, je coach en onze dienstverlening evalueert. Ons commitment aan het behalen van je doelen en de kwaliteit van onze coaching zijn wezenlijk in onze professionele aanpak.

Charles heeft meer dan 2000 uur coach ervaring en is ICF PCC geaccrediteerd. Charles heeft meerdere professionele geaccrediteerde coach opleidingen succesvol afgerond.

Inschrijven voor coaching

Inschrijven kan door een email te sturen naar info@charlesruiters.com.

Persoonlijk adviesgesprek? Maak dan een afspraak met Mariëlle +31 6 2021 0623 of mail haar via info@charlesruiters.com.