

E-COACHING

Heb je een **loopbaanvraag** of een **coachvraag**, maar hecht je er waarde aan dit in een vertrouwde omgeving en **anoniem** te doen, overweeg dan e-coaching!

Wat is E-coaching?

In ieder geval is E-coaching, geen gewone, reguliere coaching, want jij en je E-coach zitten niet in 1 ruimte en spreken elkaar niet face-to-face.

Er wordt gebruik gemaakt van digitale hulpmiddelen: jouw eigen tablet, pc of telefoon. Samen, werk je in een beveiligde en afgeschermdde omgeving, Pluform. Hier kun je werken aan jouw coachvraag, op elk moment van de dag, nacht – wanneer het jou uit komt.

De berichten, die jullie schrijven, zijn terug te lezen in Pluform, evenals de vragen, huiswerkopdrachten, filmpjes, etc.

Jouw E-coach stelt een vraag naar aanleiding van de door jou geschreven berichten met behulp van de eCoachPro-methodiek: geïnspireerd op wetenschappelijk onderzoek.

Hierdoor krijg jij inzicht in jouw gedrag, patronen, overtuigingen etc.

Onze E-coaches zijn professioneel opgeleid en gediplomeerd als EcoachPro. Zij hebben ruime ervaring en zijn goed bekend met de huidige arbeidsmarkt.

Enkele voordelen van E-coaching zijn:

1. Geen reiskosten en –tijd, scheelt geld en tijd!
2. Tijd- en plaatsafhankelijk werken, wanneer het jou uit komt!
3. In je eigen vertrouwde omgeving – achter jouw laptop!
4. In een beveiligd systeem – big brother is not watching!
5. Minimaal 2 x per week coachcontact, intensief aan jouw coachvraag werken!
6. Nu een coachtraject van 6 weken, regulier 3 tot 4 maanden!
7. Kleine stapjes zetten, oefenen met gewenst gedrag en direct toepasbaar on the Job!
8. Laagdrempelig, je hoeft geen toestemming te vragen aan je leidinggevende!

Wil je gebruik maken van een e-coaching traject? Stuur een mail naar Lena Tiemersma (liefst met een korte motivatie): lena.tiemersma@aeno.nl