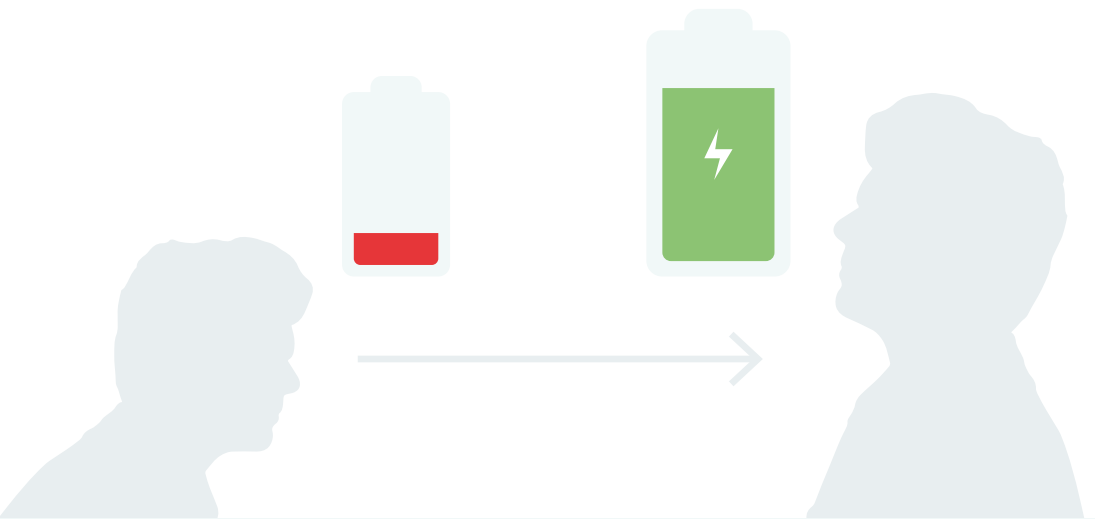


Coaching en incompany training

Preventie en behandeling van burn-out



- ✓ De coaching is volledig op maat.
- ✓ Het principe van oplossingsgericht werken staat centraal.
- ✓ Een re-integratieplan met concrete doelen en stappen vormt de output.
- ✓ De coaching vindt op verzoek ook plaats op de werkvloer.

Waarom?

Volgens het CBS heeft gemiddeld één op de zeven werknemers last van een burn-out. Heel vervelend voor de werknemer uiteraard, maar ook voor het bedrijf dat belangrijke krachten vaak langdurig moet missen. Financieel is dat een last voor een bedrijf; de gemiddelde kosten van een burn-out bedragen maar liefst €60.000. De wet Verbetering Poortwachter stuurt dan ook aan op een adequate re-integratieaanpak.

Veel bedrijven zijn nog niet ingesteld op individueel maatwerk. Bedrijven beschikken weliswaar over bedrijfsartsen en psychologen, maar de zorg die zij kunnen bieden is veelal niet op maat en is te weinig pragmatisch van aard. Dit laatste heb ik zelf ondervonden, toen ik kampte met een burn-out. Voor mij werd duidelijk dat een specifieke aanpak essentieel is om weer grip te krijgen op je (werkzame) leven.



Coaching

Wat?

KuilCoaching biedt een opmaattraject aan en werkt daarbij aan de hand van oplossingsgericht coachen. Dit is een pragmatische manier van werken waarbij de coachee op zoek gaat naar de winst die er te halen valt en dus niet 'blijft hangen' in de belemmeringen en problemen. Het in kaart brengen van talenten, drijfveren en valkuilen speelt in dit proces een belangrijke rol. De focus komt te liggen op proactief handelen in plaats van reactief handelen.

Tijdens het traject zal de coachee concrete doelen en stappen formuleren in een SMART re-integratieplan. Dit plan vormt het gespreksonderwerp voor de re-integratie met de werkgever.

Hoe?

KuilCoaching biedt bijeenkomsten van anderhalf uur aan. Deze bijeenkomsten staan in het teken van het geleidelijke herstel van de coachee.

Wandelcoaching en ademhalings-oefeningen maken onderdeel uit van het aanbod, evenals een werkplekbezoek.

Waar?

De coaching vindt plaats in onze praktijkruimte in Tilburg.



- 1 Stoom afblazen
- 2 Inventariseren werksituatie, persoonlijkheidskenmerken en gewoontes
- 3 Oplossingsgericht coachen
- 4 Opstellen SMART re-integratieplan
- 5 Terugkoppelen naar de werkgever
- 6 Coachen op de werkplek
- 7 Evalueren coachingstraject

Incompany training

Wat?

Ook biedt KuilCoaching een training van een dagdeel aan om de werkdruk in het bedrijf en de daarbij horende stress-ervaring drastisch terug te dringen.

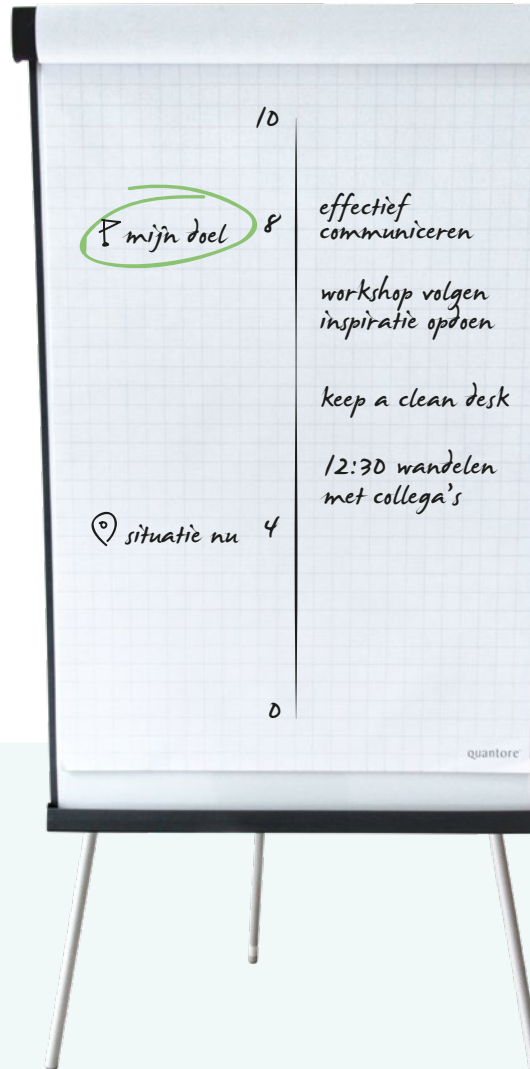
Hoe?

Met behulp van oplossingsgericht werken gaan we eerst de collectieve werkdruk inventariseren. Vervolgens wordt er samen een remediërend stappenplan gemaakt.

De opgestelde actieplannen worden ten slotte weggeschreven in concrete werkafspraken en moeten uiteraard te koppelen zijn aan de groundrules van het bedrijf.

Waar?

De incompany training vindt plaats op de bedrijfslocatie.



Kijk voor meer informatie op
www.kuilcoaching.nl

KuilCoaching heeft ruime ervaring in het begeleiden van mensen met loopbaanvragen en werknemers met een burn-out. Essentieel is dat perspectief geboden wordt en dat eigen inzichten worden aangeboord, zodat de kans op succesvolle preventie of reïntegratie maximaal is.



Erik Kuil 

loopbaancoach, re-integratiecoach,
trainer en didacticus

Tarieven

Wil je meer weten over kosten en mogelijkheden? Neem contact op voor een vrijblijvende prijsindicatie.

Contact


Heb je interesse in een vrijblijvend gesprek? Laat een bericht achter, dan neem ik contact met je op.

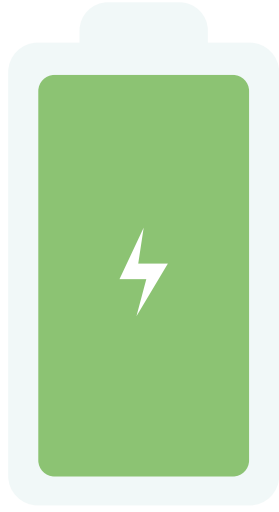
 **KuilCoaching**

 06 44 18 89 82

 info@kuilcoaching.nl

 www.kuilcoaching.nl

 Mark 12
5032 BJ, Tilburg







Soms heb je weer een duwtje in de juiste richting nodig om optimaal te functioneren.

Ik kan dat duwtje zijn.