



Coaching en Individuele Begeleiding

Firmament BV
Sandbergplein 19
1181 ZX Amstelveen

Contactpersoon: Yolanda Dol
06 543 67666
info@firmament.nu
www.firmament.nu



Coaching en individuele begeleiding

Coaching en individuele begeleiding

Steeds meer managers en professionals gunnen zichzelf het voorrecht een tijdje stil te staan bij hun eigen ontwikkeling en functioneren onder begeleiding van een professionele coach. In de beslotenheid van dit één-op-één contact komen persoonlijke ervaringen en overwegingen veelal het best tot hun recht.

Het doel van een coachtraject kan heel verschillend zijn. Variërend van het beter kunnen hanteren van bepaalde situaties of het vinden van een nieuwe impuls in de loopbaan, tot het verkrijgen van meer zelfinzicht en het verhogen van de persoonlijke effectiviteit. Wat het persoonlijke doel ook is, de aanpak van individuele coaching sluit optimaal aan bij de eigen wensen en mogelijkheden.

Belangrijk bij coaching is het vinden van een bondgenoot. Iemand die je steunt, maar niet met je meepraat. Iemand die met je mee zoekt, maar het terrein al goed kent. De coaches van Firmament zijn zulke bondgenoten. Zij fungeren als spiegel, sparringpartner en vertrouwenspersoon.

Wat kunt u verwachten van een coachtraject?

Een coachtraject bestaat gewoonlijk uit een serie van zes gesprekken van anderhalf uur. In een intakegesprek wordt de focus op de door u gewenste verandering scherpgesteld. Er wordt samen met u gekeken naar het gewenste ontwikkelingstraject en de coach die bij u en uw wensen past.

Een individueel coachtraject kan leiden tot:

- Het verdiepen van zelfkennis; het verkrijgen van inzicht in uw diepste drijfveer, uw talenten en ontwikkelpunten en het herkennen van patronen en gewoontes in uw leven;
- Bevrijding van beperkende patronen; het (her)overwegen van keuzes en loslaten van gedrag dat niet productief voor u werkt;
- Het ervaren van meer richting in uw loopbaan, werk en/of leven; ontdekken wat uw persoonlijke doelen zijn en hoe u die op een lijn kunt brengen met de manier waarop u werkt en leeft;
- Het vinden van een gezonde de werk-privé balans: stress- en energiemangement;
- Het versterken van bepaalde vaardigheden waarbij u vooral uzelf meer naar voren wilt laten komen of juist in de weg zit. Te denken valt bijvoorbeeld aan charismatisch presenteren, communiceren op board room niveau of communiceren met een bepaald type mensen;
- Het vasthouden van de nieuwe koers in uw dagelijks (werk)leven; het voorkomen van terugval in oude gedragspatronen;
- Het vermogen zelf uw ontwikkeling voort te zetten; het ontwikkelen van innerlijke reflectie op uzelf en een meer open communicatie met mensen in uw (werk)omgeving.

De betrokkenheid van onze coaches

Alle coaches van Firmament hebben intensieve ervaring in psychologische begeleiding en in het bedrijfsleven. Zij worden gedreven door een grote betrokkenheid bij mensen en hun mogelijkheden tot persoonlijke ontwikkeling. Onze coaches zijn aanspreekbaar op hun eigen sterke en zwakke kanten en beschouwen authenticiteit en oprechtheid als hun kracht. Zij staan open voor alle denkbeelden, maar hebben hun voeten stevig op de grond.

Onze coaches delen een aantal belangrijke waarden:

- eerlijkheid, veiligheid en vertrouwelijkheid;
- betrokkenheid en gelijkwaardigheid;
- bezieling en zingeving;
- authenticiteit en echtheid;
- respect voor de unieke kwaliteiten en talenten van ieder mens;
- eigen verantwoordelijkheid en zelfstandigheid.

De kosten van Coaching en Individuele Begeleiding

Een coachtraject bestaat veelal uit zes gesprekken van 1½ uur. Vaak ontwerpt Firmament echter een maatwerk traject waarvan de opzet afhankelijk is van de specifieke vraag van een deelnemer. Het individuele begeleidingstraject kan dan bijvoorbeeld een stuk training bevatten over een specifiek onderwerp dat wordt besproken in een dubbelgesprek. Ook kan in het ontwikkelde traject gebruik gemaakt worden van een acteur of actrice. De kosten van de onderdelen van het traject zijn:

Coachgesprek van circa anderhalf uur	€ 270,- per gesprek
Coachtraject van 6 gesprekken van circa anderhalf uur	€ 1.620,- per traject
Inzet actrice/acteur circa anderhalf uur	€ 170,- per keer
Coachtraject: YodTum! onderzoek, 1 dag + uitwerking	€ 1.150,- per traject
YodTum! + vier coachgesprekken	€ 2.230,- per traject

De coaching vindt in principe plaats op locatie van de coach.



Onze Coaches



Erna Berghuizen

Diepduiker

Door-taster

Ont-wikkelaar

Erna Berghuizen studeerde eind jaren tachtig af in psychologie en onderwijskunde. Naast de begeleiding van mensen bij hun persoonlijke groeiproces, faciliteert zij intervisiegroepen en leer-teams en participeert ze als trainer en gespreksleider in diverse cultuurveranderingstrajecten. Voordat ze haar eigen praktijk startte, werkte Erna gedurende 13 jaar voor verschillende werkgevers. Bij haar laatste werkgever heeft zij voornamelijk geadviseerd over het ontwerp en de in- en uitvoering van complexe opleidingstrajecten binnen zowel profit als non-profit organisaties en de (rijks)overheid. Voice Dialogue is een van haar professionele inspiratiebronnen.

Erna's stijl is volgend en door-tastend. In haar werk maakt zij gebruik van diverse technieken die gericht zijn op zelfinzicht en het verhogen van het bewustzijn. Zo ontstaat er ruimte om te veranderen of ruimte om te versterken. Mensen voelen zich daardoor vrijer, krachtiger en zelfverzekerder om hun werk te doen.



Andrea Henning

Essentialist

Roekeloze dromer

Tropenganger

Andrea Henning is van huis uit landbouwkundig ingenieur. Zij is een pragmatische optimist met "grote" dromen waarvan er al heel wat werkelijkheid zijn geworden. Als mensen hun authenticiteit ontdekken en hun leven durven creëren conform hun bezieling, dan leidt dit tot een gelukkiger en succesvoller bestaan. Niet alleen voor henzelf. Het maakt hen ook tot inspirator voor de omgeving waarin zij leven en werken. Andrea zet zich met hart en ziel in om dit bij mensen te bewerkstelligen.

Zij ondersteunt mensen en organisaties om helder te krijgen waar het hen in wezen om gaat, zorgt in teamtrajecten voor "alle hens aan dek" en streeft resultaten na waar iedereen 's ochtends zijn bed voor uit wil komen. Andrea raakt de kern van de zaak, is bevlogen in wat ze doet en bouwt een langdurige relatie van "partnership" op met haar cliënten. Tastbare resultaten, bewustwording en eigen verantwoordelijkheid staan centraal. Zij creëert een sfeer van vertrouwen waarin "de droom" daadwerkelijkheid kan worden.

Ineke Huyskens

Kansdenker

Schatzoeker

Charismatisch inspirator



Ineke Huyskens studeerde af in de Nederlandse Taal- en Letterkunde. Sinds 1990 verzorgt ze als zelfstandig trainer en all round facilitator communicatie- en presentatietrainingen en masterclasses in de profit- en non profitsector. Met passie leidt Ineke creatieve sessies en workshops met management- en ontwikkelteams. Onderwerpen zijn onder andere strategie, branding en talentontwikkeling. Ze is auteur van het boek 'Brand-id, Inspiratieboek voor creatief denken' en doceert corporate communicatie in het Hoger Onderwijs.

Haar drijfveer is het aanspreken van - verborgen - kwaliteiten bij mensen, zowel op cognitief als creatief vlak. De aanpak van Ineke kenmerkt zich door haar aandacht voor de flow zowel als haar focus op output. Ze is zowel intuïtief als analytisch en to the point. Ineke creëert openheid en stimuleert mensen hun eigenheid uit te drukken. Ze coacht zowel individueel als in teamverband.



Hard-hart verbinder

Grootsheid zoeker

Marijn Jansen

Uitnodiger

Marijn is afgestudeerd in de Toegepaste Communicatiewetenschappen, aan de Universiteit van Wageningen. Zij volgde zij een postdoctoraal Psychologie en een studie Career Coaching. Na jaren als trainer, coach en consultant bij diverse bureaus te hebben gewerkt koos Marijn voor haar eigen bureau. Vanuit deze ervaring heeft zij vele (management) teams en individuen begeleid bij diverse grote multinationals, in het MKB en (semi) overheid. Haar passie voor leiderschaps- en teamontwikkeling was en is hierin leidend.

Marijn stimuleert het vermogen om te reflecteren, verdiepen, onderzoeken, en van daaruit individuen en teams hun dromen en ambities daadwerkelijk te laten realiseren. Hierbij verenigt Marijn de inhoudelijke business-kant met de fundamentele bouwstenen van een krachtig team, dat vertrouwen heeft in elkaar en met veel plezier persoonlijke kwaliteiten inzet voor teamdoelen; hard en hart. Haar enthousiasme en betrokkenheid om bij mensen hun passies en kwaliteiten ten volste benutten en ambities daadwerkelijk realiseren, is eindeloos.

Arno Ramakers

Effectiviteit Verhoger

Balspeler

Tijd Manager



Na een aantal leidinggevende functies te hebben vervuld, onder andere bij de KLM, geeft Arno Ramakers sinds 1997 trainingen en coaching op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, team ontwikkeling en leiderschap. Zijn enthousiasme voor ontwikkeling en het goed laten functioneren van teams brengt hij ook in tot uitdrukking in zijn werk als trainer/coach bij de hockeybond, waar hij teams begeleidt op topniveau.

Alles uit je mogelijkheden halen en tevens in balans met jezelf en je omgeving blijven, is essentieel voor Arno. Hij ondersteunt deelnemers meer keuzemogelijkheden voor zichzelf te zien en hen te laten ervaren dat er meer mogelijk is. NLP is één van zijn inspiratiebronnen. Spiegelen, confronteren en uitdagen horen daarbij. Zijn credo is: raken en geraakt worden. Uiteraard altijd vanuit respect en integriteit met als doel onze uniciteit en authenticiteit werkelijk te leven.



Betekenisgever

Erica Rijnsburger

Vrolijke noot

Change initiator

Erica Rijnsburger werkte meer dan 10 jaar voor BSO/Origin. Ze richtte de unit Management of Change op en ontwikkelde een change management aanpak. Hierna startte ze haar eigen bureau als onafhankelijk trainer en management consultant op de terreinen change management, personal development, teambuilding en leiderschap.

Erica heeft zich verdiept in hoe, waarom en wanneer mensen leren en zichzelf ontwikkelen. In haar dagelijkse praktijk maakt Erica gebruik van een gevarieerd aanbod van relevante, creatieve en direct toepasbare interventies om mensen meer inzicht in zichzelf en hun omgeving te geven. Hierdoor durven mensen weer de verantwoordelijkheid op zich te nemen om problemen op te lossen en initiatieven te nemen.

Frank Schaper

Leiderschap specialist
Uitvinder
Team-bewustmaker



Frank Schaper studeerde Luchtvaart- en Ruimtevaarttechniek en ontdekte zijn passie voor synergie in teams tijdens diverse managersfuncties bij de KLM, waar hij leiding gaf aan teams van 70 – 7000 medewerkers. De inzet van ieders kwaliteiten is voor hem de sleutel. In 2001 nam hij ontslag om zijn kennis en ervaring op te schrijven en te publiceren in een aantal boeken. Hierin deelt hij zijn gedachten over levensfasen en karakter, over stress en vermoeidheid en zelfvertrouwen. Met zijn boek 'Hoe je een geboren leider wordt' inspireert hij mensen vanuit hun (strip)helden.

Als coach, trainer en consultant combineert Frank zijn ervaring als leidinggevende met de inzichten uit zijn boeken. Hij moedigt mensen aan hun bewustwording te vergroten, hun potentieel te benutten en hun vaardigheden uit te bouwen.



Reinder Schonewille

Inspirator
Team performer
Happy Worker

Reinder Schonewille heeft zich als bedrijfskundige verdiept in Team ontwikkeling en Team performance. Hij is licentiehouders van Best Year Yet. Happy mensen zorgen voor happy resultaten is zijn motto. Als adviseur onder andere bij Ernst & Young Consulting heeft Reinder marketingstrategische, commerciële en organisatie ontwikkelingsgerichte vraagstukken opgelost in diverse sectoren.

Reinder ondersteunt als coach mensen, managers en hun teams bij de creatie van een inspirerende werkomgeving. Met steeds de organisatiedoelstellingen voor ogen brengt Reinder overzicht en verlichting. Reinder is een prettige persoonlijkheid met een luisterend oor. Deze eigenschappen zet hij in om mensen weer te laten sprankelen en plezier aan hun werk te laten beleven.



Veronica Waleson

Heelmaker

Magisch realist

Brain wever

Veronica Waleson studeerde af in de sociale wetenschappen nadat ze een aantal jaren werkzaam was in marketing- en managementfuncties. Sinds 1993 is zij zelfstandig coach en procesbegeleider, gespecialiseerd in complexe organisatieverandering. Haar uitdaging ligt in het hanteerbaar maken van de daarmee gepaard gaande emoties. Het doel daarvan is de communicatie te effectueren. Centraal in haar werkwijze is dat zij de verantwoordelijkheid laat bij betrokkenen. Zij werkt samen met hen aan versterking en verbetering. Zij legt haarscherp belemmerende overtuigingen bloot en onderzoekt alternatieven.

Veronica komt het beste tot haar recht in situaties waarin doorpakken vereist is. Inhoudelijke specialisaties zijn integriteit, diversiteit, leiderschap en competentie management. Zij publiceert over deze onderwerpen regelmatig in vakbladen. Veronica is kritisch en scherp, ondersteunend maar ook confronterend. Haar creatieve invallen werpen een nieuw licht op gebeurtenissen waardoor realistische mogelijkheden zichtbaar worden.