

## ...word wie je bent



### Coaching

*In bepaalde situaties kun je behoefte hebben om je verder te ontwikkelen, bijvoorbeeld bij een nieuwe baan, veranderingen in de organisatie waarin je werkt, of wanneer je wilt groeien in je functie. Onze loopbaancoach Marieke Verhagen begeleidt je in je persoonlijke en professionele ontwikkeling. Ze helpt je je talenten te ontdekken en deze ten volle te benutten. Daarnaast kan ze je met behulp van verschillende methoden beter inzicht geven in jezelf.*

### Traject

Een coachingstraject bij Projob begint met een kosteloos, oriënterend gesprek. Hierin bespreken we welk doel je wilt bereiken en bekijken we welke werkwijze hiervoor het best kan worden ingezet. We stellen een programma samen waarin doelstellingen, werkwijze, tijdsplan en eventuele rapportage zijn opgenomen. De duur van het traject is afhankelijk van de aard van je vraag. Gedurende het traject is er steeds ruimte het programma bij te stellen.

### Projob

Van Baerlestraat 63-65  
1071 AR Amsterdam  
Telefoon 020-5738363  
Email: [loopbaanadvies@projob.nl](mailto:loopbaanadvies@projob.nl)  
[www.projob.nl](http://www.projob.nl)

### Bij welk soort vragen is coaching zinvol?

- Hoe zorg ik voor een betere balans tussen wat ik kan en wat ik wil?
- Hoe kan ik beter leren omgaan met veranderingen?
- Hoe kan ik mezelf beter presenteren?
- Hoe kan ik beter leren luisteren?
- Mijn werk kost me te veel energie, hoe breng ik daar verandering in?
- Ik loop telkens tegen bepaald gedrag van anderen aan, welke rol speel ik hier zelf in?
- Hoe kan ik mijn team beter begeleiden?

### Marieke Verhagen

Onze loopbaancoach Marieke Verhagen (1961) is ruim twintig jaar werkzaam op het gebied van mensen en werk. Als intermediair en projectmanager in de personele dienstverlening heeft zij het werving en selectieproces van mensen uit verschillende levensfasen gevolgd en begeleid.

Het begeleiden van mensen in een loopbaanproces, hen stimuleren bij het onderzoeken van drijfveren, talenten en valkuilen en hen uitdagen zichzelf serieus te nemen, is voor haar een dagelijkse bron van inspiratie.

Door haar nauwe samenwerking met de consultants van Projob is zij altijd op de hoogte van de actuele ontwikkelingen op de arbeidsmarkt. Zo kan zij de specifieke wensen van zowel kandidaten als opdrachtgevers in het juiste perspectief plaatsen.

Marieke volgde de opleiding tot loopbaanbegeleider en coach bij Adviesbureau Hoogendijk en is lid van de Nederlandse Orde van Loopbaanadviseurs, Outplacement Consultants en Carrière Coaches (NOLOC). Indien wenselijk werkt zij samen met andere coaches.

Coaching begeleidt mensen bij het ontdekken en ontwikkelen van hun talenten. Het helpt hen beter inzicht in zichzelf te krijgen en het versterkt het zelfvertrouwen.



**Coaching begeleidt mensen bij het ontdekken en ontwikkelen van hun talenten. Het helpt hen beter inzicht in zichzelf te krijgen en het versterkt het zelfvertrouwen.**

## COACHING

### PERSOONLIJKE PROFIEL ANALYSE

De PPA is een methode die snel en eenvoudig inzicht geeft in je manier waarop je het liefst werkt. Ook geeft het je inzicht in je sterke kanten, je manier van communiceren, wat je motiveert en welke bijdrage je kunt leveren aan een organisatie. De PPA laat bovendien zien hoe je gedrag verandert onder druk, of je in je huidige baan je natuurlijke werkstijl kunt toepassen en of er sprake is van spanningen.

De uitkomsten van de analyse worden verwerkt in een uitgebreid rapport dat in een persoonlijk gesprek wordt toegelicht.

De PPA vormt een handige leidraad in een coachingstraject.

**Indien wenselijk kunnen (onderdelen uit) verschillende trajecten gecombineerd worden.**



### COACHING

Bij coaching staat een specifieke vraag met betrekking tot jouw werksituatie centraal. Je bent toe aan bezinning op je loopbaan en op de kwaliteit van je functioneren. Je kunt hierbij denken aan onderwerpen als assertiviteit, keuzes maken, leidinggeven en communicatiestijlen.

In een reeks gesprekken worden je actuele situatie, werkervaring, opleiding en persoonlijke achtergronden in kaart gebracht. Met behulp van verschillende methoden krijg je meer inzicht in jezelf.

Vervolgens wordt een passende leerweg gekozen om de verworven inzichten in concrete vervolgstappen om te zetten.

### NETWERKBEGELEIDING

Wanneer je meer wilt leren over de wijze waarop je in contact kunt komen met interessante gesprekspartners in je zoektocht naar een andere baan, kan netwerkbegeleiding zinvol zijn.

Bij netwerkbegeleiding kunnen de volgende aspecten aan bod komen:

- Wat houdt netwerken precies in?
- Bij welke manier van netwerken voel je je het prettigst?
- Hoe kun je de juiste mensen aan je netwerk toevoegen?
- Welke ongeschreven regels gelden er voor netwerken?

Jouw specifieke behoefte bepaalt de inhoud, duur en intensiteit van de begeleiding.

### SOLLICITATIEBEGELEIDING

Bij sollicitatiebegeleiding komen alle kanten van het solliciteren aan bod:

- Waar vind je vacatures die voor jou interessant zijn?
- Wat zijn de kenmerken van een overzichtelijk curriculum vitae?
- Waar moet je op letten bij het schrijven van een sollicitatiebrief?
- Wat kun je doen om je optimaal voor te bereiden op een sollicitatiegesprek?

Jouw specifieke behoefte bepaalt de inhoud, duur en intensiteit van de begeleiding.