

COACHCONTRACT

Hieronder vind je het coachcontract. Je leest hierin hoe we werken en wat je kunt verwachten. Neem het vooral van te voren even door.

COACH CONTRACT

Gegevens klant/opdrachtgever

Voorletters en achternaam:

Roepnaam:

Geboortedatum:

Gegevens coach

Myriam Grefkens

www.anacrousecoaching.nl

1. Een gelijkwaardige werkrelatie

Doel van de coaching:

benoem hier de doelen

Het werken aan de realisatie van deze doelen is een creatief en motiverend proces dat energie vraagt maar je ook veel oplevert. De persoonlijke doelen kunnen tijdens tussenevaluaties worden aangescherpt of bijgesteld. Vooraleer met de uitvoering van dit traject van start te gaan spreken wij een wederzijdse werkrelatie af op basis van gelijkwaardigheid.

Van mij kun je verwachten:

- Deskundige begeleiding en ondersteuning bij uw ontwikkeling. Dit betekent dat je in elk stadium van het traject kunt rekenen op adequate ondersteuning; waar nodig kunnen in overleg andere deskundigen worden ingeschakeld. De extra tijd die dit met zich meebrengt wordt uiteraard in rekening gebracht op basis van uurtarief.
- Te allen tijde een gegarandeerd vertrouwelijke behandeling. Dit betekent dat geen enkele informatie aan derden gegeven wordt tenzij na jouw goedkeuring; Het welslagen van uw ontwikkelingstraject is in hoge mate afhankelijk van je eigen inzet. Je blijft zelf verantwoordelijk voor uw eigen ontwikkeling.

Ik verwacht van jou:

- Dat je actief en open meewerkt in het coaching proces. Dit betekent dat je in alle openheid de gesprekken houdt met jouw coach; dat je geen informatie achterhoudt en geen dubbele agenda hanteert; dat je je houdt aan de afspraken die je met je coach maakt; dat je eventuele huiswerkopdrachten ook daadwerkelijk uitvoert.

2. Ethische gedragscode NOBCO en Klachtenreglement

Ik werk volgens de Ethische Gedragscode van de Nederlandse Organisatie van Beroepscoaches NOBCO (en is lid van deze beroepsorganisatie). In samenhang met de Ethische Gedragscode kent de NOBCO ook een klachtenregeling.

3. Personal coaching is een persoonlijk proces

Haal er dus zoveel mogelijk uit!

Leg een werkmap of -schrift aan, waarin je alles, wat in dit traject aan de orde komt, vastlegt en bewaart.

- Maak tijdens en zeker na de gesprekken met de coach aantekeningen. Tijdens deze gesprekken worden zaken geanalyseerd en op een rij gezet. Door aantekeningen te maken en door, na het gesprek, een gespreksverslag te maken, houdt je vast wat belangrijk is en kunt je de rode draad in uw proces ontdekken en vasthouden.
- Doe eventuele 'huiswerk'-opdrachten en maak aantekeningen van je ervaringen.
- Noteer en bewaar alles wat van belang is in je werkmap: de inhoud en resultaten van de gesprekken met de coach en de daar gemaakte afspraken; de gemaakte opdrachten; de ontwikkelingen die je doormaakt en de inzichten die je verkrijgt.
- De coach verwacht naar aanleiding van ieder gesprek, een reflectieverslag (RV, zie punt 4). Maak dit bij voorkeur op de dag waarop het gesprek heeft plaats gevonden. Dit verslag is voor jou een middel om vast te houden wat voor jou van belang was in het gesprek en dient voor de coach als feedback. Zij kan dan beter sturing geven aan de inhoud van je traject, en een en ander beter op uw proces aanpassen.

4. Het reflectieverslag, RV

Met behulp van de coach staat je stil bij het persoonlijk en professioneel functioneren en je wensen, doelen en mogelijkheden voor de toekomst. In dit kader is reflectie gericht op het verwerven van inzicht in en bewustwording van je functioneren, wensen, doelen, belemmeringen en mogelijkheden. Je gaat meer bewuste keuzes maken, je leert anders omgaan met obstakels, je ziet nieuwe, andere perspectieven. Dit is een creatief en motiverend proces dat niet makkelijk is, en zeker energie zal kosten maar ook nieuwe energie opleveren. Het de bedoeling dat je na elke coachsessie een reflectieverslag maakt (als het enigszins kan nog dezelfde dag) waarbij je stilstaat bij:

- Wat er allemaal aan de orde is geweest;
- wat je in het bijzonder is bijgebleven;
- of je het ook anders kunt/wilt bekijken en hoe dan;
- welke conclusies je aan e.e.a. verbindt;
- wat je er in de praktijk wilt mee doen en hoe je dat wilt aanpakken;
- welke leerdoelen je zichzelf hierin stelt;
- welke vragen je nog hebt.

5. Evaluatie en rapportage

Tussenevaluatie vindt plaats tijdens het coachtraject door middel van het invullen van een evaluatieformulier. De resultaten van de evaluatie zal worden gebruikt om zo nodig de vorm en inhoud van het coachtraject bij te sturen. Eindevaluatie vindt plaats na afloop van het coachtraject door middel van het invullen van een eindevaluatie formulier.

6. Enkele praktische zaken

- Aanvang coaching
- Duur, tijd en plaats van de sessies

Een coachsessie duurt gemiddeld 60-90 minuten. We hebben een traject afgesproken van voorlopig ... sessies. De coaching sessies worden gehouden online, bij de coach op kantoor, Meander 901 Arnhem of Molenveldlaan 59 Nijmegen of incompany. Mogelijk spreken we een andere locatie af, bijvoorbeeld voor een wandeling.

7. Afspraken nakomen

Er wordt verwacht dat je gemaakte afspraken nakomt. Mocht dit onverhoopt echt niet lukken, dan dient je uiterlijk 1 werkdag (24 uur) voor de afspraak ons hiervan te berichten en een nieuwe afspraak te maken. Gebeurt dit niet, dan wordt de sessie in rekening gebracht.

Datum:

Handtekening klant:

Coach: