

Stappenplan Loopbaancoaching

Hieronder zie je hoe een loopbaancoachingstraject bij mij in grote lijnen verloopt. Elke sessie duurt 1,5 uur, en vindt plaats fysiek of online, afhankelijk van jouw voorkeur.

Coaching is niet alleen de tijd tijd bij, coaching, het willen veranderen is hier 24/7 aandacht aan geven. Huiswerkpogaven zullen ook iedere keer ingezet worden.



Kennismaking & verkenning (ca. 1 sessie)

We starten met een open gesprek: wie ben jij, waar loop je tegenaan, en wat wil je bereiken? We bepalen of er een klik is en of ik de juiste coach voor je ben.



Doelgericht plan opstellen (1 sessie)

Samen formuleren we jouw loopbaanvraag. Denk aan vragen zoals: Wat past bij mij? Hoe kom ik weer in beweging?



Zelfinzicht & reflectie (2-3 sessies)

We onderzoeken je waarden, drijfveren, talenten en belemmeringen. Vaak gebruik ik methodieken zoals Voice Dialogue, Grondplaten, diverse creatieve werkvormen of een wandelcoaching.



Verkennen van mogelijkheden (ca. 2 á 3 sessies)

We kijken naar concrete opties: welke beroepen, sectoren of rollen passen (nú) bij jou? Wat heb je nodig om stappen te zetten?

Mogelijk inzetten van testen.



Actie & profilering (ca. 2 á 3 sessies)

We gaan praktisch aan de slag met je cv, LinkedIn-profiel, motivatie en voorbereiding op gesprekken of netwerkstappen.



Evaluatie & borging (ca. 1 sessie)

We ronden af met een terugblik en bespreken hoe jij zelfstandig verder kunt. Indien gewenst plannen we een terugkommoment.

Elk traject is maatwerk: jij bepaalt het tempo en de richting. Samen maken we jouw loopbaanvraag helder én hanteerbaar.



Monique