

# 6 voordelen van een coachtraject

KIES VOOR JEZELF

## TOEGANG TOT TOOLS

Voor een geslaagd coachtraject zijn meerdere tools nodig zoals effectieve oefeningen, thuisopdrachten, eventuele tests en meer. Daar krijg je met een traject allemaal toegang toe.



## JEZELF OVERWINNEN

Voor verandering is bijna altijd het overwinnen van obstakels nodig. Met coaching krijg je de handvatten aangereikt en de begeleiding om dat succesvol te doen.



## DOELEN HALEN

Wanneer je coaching overweegt, zijn er (onderliggende) doelen die je wilt halen. Die krijg je helder en daar ga je stappen naar zetten.



## HELDERHEID SCHEPPEN

In een fase van (gewenste) verandering lopen er veel gevoelens en gedachten door elkaar. Zelf helderheid scheppen is dan vaak moeilijk, maar in een traject gebeurt dat door de gestructureerde samenwerking.



## GROEI DOORMAKEN

Een mooie bijkomstigheid van coaching: groei doormaken. Door de vele inzichten die je opdoet tijdens en tussen de sessies, groei je als persoon en professional.



## AANDACHT VOOR JOU

Tijdens een coachtraject krijgt jouw situatie alle aandacht. Dat is in ons drukke leven anders lastig voor elkaar te krijgen. Elke sessie krijgt een (ander) onderwerp weer de volle aandacht die het verdient.

