

# E-coaching

E-coaching wordt ingezet vanwege de voordelen die het biedt in investeringen in tijd en geld en omdat het plaats- en tijdonafhankelijk is. Bovendien heeft e-coaching een bijzondere dynamiek die krachtig en effectief is, waardoor in minder tijd een duurzaam resultaat bereikt kan worden.

---

## Waarom e-coaching?

- Het is plaats-, tijd- en frequentieonafhankelijk zodat u zelf kunt bepalen waar, wanneer en hoe vaak u contact opneemt met de coach (binnen de gemaakte coaching afspraken).
- De tips van de coach staan op schrift, zodat deze op elk gewenst moment na te lezen zijn.
- De deelnemer kan ruggespraak houden met derden zonder het proces te verstoren.

## Het doel is antwoord en inzicht krijgen op coachingsvragen zoals:

- Welke kansen en mogelijkheden zijn er?
- Wat wil je dat er gebeurt na afloop van dit traject?
- Welke instrumenten heb je in handen die je zelf in kan zetten?
- Wat gaat er goed?
- Waar zou je naar toe willen?

## Werkwijze

Tijdens het oriënterend gesprek worden wederzijdse verwachtingen uitgesproken en wordt besloten of dit een passend traject is. De deelnemer krijgt toegang tot een beschermde coachomgeving waardoor privacy is gewaarborgd.

De contactmomenten zijn tijd- en plaatsonafhankelijk. De frequentie van de contactmomenten wordt individueel afgestemd. E-coaching is een individueel maatwerk product en kan op twee manieren worden ingezet; als methodiek in een regulier coachtraject (blended) of als methodiek waarbij verder geen face-to-face contact plaats vindt. Tussentijds is een evaluatiegesprek mogelijk en het traject kan afgesloten worden met een eindgesprek.



### Resultaat

De deelnemer heeft inzicht gekregen, ziet nieuwe kansen en mogelijkheden en heeft tools in handen om zelf de regie te nemen in zijn ontwikkeling. Na het doorlopen van het traject heeft de deelnemer duidelijkheid over de eigen begeleidingsvraag, over de persoonlijke thema's die ten grondslag liggen aan die vraag en over de te zetten stappen.

### Uitvoering

Door deze manier van werken is het communicatieproces te allen tijde inzichtelijk voor de deelnemer. Desgewenst kan voor de opdrachtgever een eindrapportage met een procesmatige beschrijving opgesteld worden.

### Prijs E-coaching

Op basis van uurtarief van € 110,-

Met een starttarief van € 220,-

Duur: in overleg

Exclusief BTW

“Ik wil graag meer inzicht in mijn gedrag en het effect daarvan op anderen. Hoe kan ik mij daarin ontwikkelen?”

