



LOOPBAAN-ENERGIZER

***Met kracht, passie en plezier
weer naar je werk.***

Folder voor professionals en managers

Hoe zou het voor je zijn om weer met passie en plezier naar je werk te gaan, om problemen te zien als leermomenten, om lekker in je vel te zitten en s'avonds voldaan naar huis te gaan?

Uit onderzoek blijkt dat geld, vakanties, een prachtig huis en opleidingen ons slechts tijdelijk een gevoel van geluk geven. Blijvende geluk wordt vooral bepaald door hoe tevreden we zijn met wat we hebben en hoe we omgaan met probleemsituaties en veranderingen.

Maar hoe krijg je vat op jouw automatische reacties op situaties, hoe kun je stress voorkomen en 'gelukkig' blijven als je werk en de wereld om je heen steeds sneller lijken te veranderen?

Het moderne enneagram leert ons dat elk mens qua persoonlijkheid valt in te delen in 9 hoofdtypes; elk type heeft zijn eigen unieke kijk op de wereld, een specifieke successtrategie, maar ook valkuilen. Elk type wordt in zijn gedrag aangestuurd door een onbewuste drijfveer (bijvoorbeeld ongerustheid of perfectionisme). Deze drijfveer is te omschrijven als de hoofdmanier waarop elk type mens doorslaat in zijn denken, voelen en handelen en door stress uit balans raakt. Door bewustwording van de drijfveer en alle daaruit voortkomende gedachtes, emoties en gedragingen kan een mens loskomen van deze automatisen, hij wordt authentieker, realistischer en zit lekkerder in zijn vel..Bovenal wordt hij vrij om zijn gedrag te kiezen en kan dus veel beter omgaan met probleemsituaties en veranderingen.

Om deze bewustwording toegankelijk te maken voor werknemers heb ik vanuit mijn ervaring als coach en enneagram trainer een nieuw coachproduct ontwikkeld, **de loopbaan-energizer**. In dit korte en effectieve maattraject (slechts 5 gesprekken) krijg jij inzicht in je eigen drijfveren, patronen, kwaliteiten en valkuilen. Vanuit dit zelfinzicht wordt je vervolgens gecoacht op de thema's die jij inbrengt.

Enkele jaren ervaring met een voorloper van de 'loopbaan-energizer' leert dat dit traject tot een belangrijke en blijvende verbetering leidt van de motivatie en het functioneren van mensen in hun persoonlijke leven en loopbaan. De zelfinzichten vertalen zich ook in een mildere houding naar anderen, verbeterde communicatie, minder stress en beter omgaan met veranderingen en moeilijke situaties.

Het loopbaan-energizer traject in het kort:

- ♦ **5 gesprekken (minimaal 6 uur coaching)**
 - **Gesprek 1:** Dit is een 2 uur durend gesprek waarin jij onder begeleiding op zoek gaat naar jouw drijfveren in je leven en werk. Hier kun jij jouw verhaal vertellen, je wordt gezien en er wordt naar je geluisterd. In dit proces zul je nieuwe en verrassende inzichten krijgen in jouw functioneren. Na dit gesprek kunnen de inzichten meteen worden toegepast op het werk en in je privé leven..
 - **Gesprekken 2-4:** Gesprekken van circa 1,5 uur waarbij de eerdere inzichten verdiept en vertaalt worden naar werksituaties. Vanuit dit zelfinzicht coach ik je op werkgerelateerde thema's of problemen. Huiswerk bestaat uit oefenen met nieuw gedrag.
 - **Gesprek 5:** In het laatste gesprek worden al jouw inzichten, nieuwe gedragspatronen en successen geborgd zodat de effecten blijvend zijn.
- ♦ **Tussen de gesprekken door huiswerk opdrachten en e-mail ondersteuning.**
- ♦ **De inhoud van de interacties tussen jou en de coach zijn volledig vertrouwelijk.**
- ♦ **Twee varianten:**
 - Loopbaan-energizer^{zilver}, voor managers, professionals. **Investering** is € 975,- ex BTW.
 - Loopbaan-energizer^{goud}, voor hoger management en directie. **Investering** is op aanvraag.

Ben je geïnteresseerd in wat de 'loopbaanenergizer' voor jou kan betekenen? Voor meer informatie bel je met 026-4820330 of mail je met info@life-force.nl. Achtergrondinformatie over mijn bureau voor coaching en training is te vinden op www.life-force.nl.

Peter Haima