



VIERKRACHT

*Boost je veerkracht
met vier coachgesprekken*

Doel:

- Verbeteren mentale vitaliteit (energie, motivatie, veerkracht)
- Uitval en ongewenst verloop voorkomen
- Vergroten van het bewustzijn van eigen gedrag, gedachtenpatronen en overtuigingen die beperkend werken in de praktijk
- Versterken van eigenaarschap
- Gedragsverandering

Doelgroep:

Medewerkers die aan het werk zijn en willen investeren in hun persoonlijke ontwikkeling en/of verminderd functioneren. Na het traject is de medewerker weer in balans, beter in staat om te gaan met stress, spanning en (werk)druk en neemt de regie in eigen hand.

N.b. Dit korte traject is in te zetten bij amplitie en preventie voor het versterken van de mentale vitaliteit en persoonlijke ontwikkeling. Verzuim is een exclusiecriteria, daarvoor is ons standaard mental coachingstraject beschikbaar.

Omschrijving product:

Een kort individueel mental coachingstraject bestaande uit een intakegesprek gevolgd door drie sessies van maximaal vijf kwartier.

- Wij bieden persoonlijke coaching op maat. Onze ervaren, gecertificeerde coaches bereiken hierbij structurele verandering door verder te gaan dan de hulpvraag en zich te richten op onderliggende thema's, kernovertuigingen, denkkaders en patronen.
- Onze aanpak richt zich niet alleen op het wegnemen van het negatieve (persoonlijke blokkades), maar ook op het versterken van het positieve dat er al is. Hiermee vergroten we het gevoel van waardering en betrokkenheid en verkleinen we de kans op terugval.
- Met onze aanpak stimuleren wij het eigenaarschap van de medewerker, voorkomen we verzuim en realiseren we gedragsverandering.

Resultaten:

- Gemiddeld binnen 6 werkdagen een intakegesprek
- Medewerkers waarderen onze dienstverlening met een 8,8.

Werkvorm en duur:

Een kort traject bestaande uit een intakegesprek van een uur en drie sessies van maximaal 1 uur en 15 minuten.

- Intake: In samenspraak met de coach stelt de medewerker zijn/haar persoonlijke doelen op
- Sessies: De coach ondersteunt de medewerker in zijn/haar onderzoek naar:
 - Hoe het thema zich voordoet in zijn/haar dagelijkse leven/werk
 - Wat blokkades en mogelijke oplossingen zijn
 - Hoe hij/zij concreet een volgende stap kan zetten richting de doelen.
- Tussen de sessies door wordt met huiswerkopdrachten gewerkt om inzichten te vergaren en volgende stappen te oefenen.

De coachgesprekken kunnen zowel incompany als op een externe locatie plaatsvinden. Het is aan de medewerker om te bepalen of de coaching plaats vindt incompany of op een externe locatie. Onze coaches regelen een locatie op maximaal 30 minuten reisafstand van de cliënt.

Bij dit korte traject worden er geen rapportages opgemaakt voor de werkgever en/of arbodienst. Dit is wel vast onderdeel van ons standaard traject 'Mental coaching'.

Uitvoerende:

Een hoogwaardig gecertificeerde coach aangesloten bij OEEC.

Standaardtarieven:

Vaste prijs van **€ 937,22** per traject.

De tarieven zijn all-in, dus inclusief reiskosten, reistijd en eventuele locatiehuur (indien incompany niet mogelijk/wenselijk is). Prijspeil 2025; tarieven worden jaarlijks geïndexeerd.

Facturatie

Nadat de intake heeft plaatsgevonden en de start van het traject is afgesproken, wordt het volledige traject gefactureerd. Mocht tijdens de intake blijken dat het traject niet passend is, wordt alleen de intake gefactureerd en wordt er terugverwezen met een advies.

Annuleringsvoorwaarden:

Zie onze Algemene Voorwaarden.

Opmerkingen:

- Wij hebben landelijke dekking.
- Onze gedragscode is terug te vinden op onze website: www.oeec.nl/gedragscode
- Onze algemene voorwaarden zijn gedeponeerd bij de kamer van koophandel en terug te vinden op onze website: www.oeec.nl/algemene-voorwaarden
- Meer informatie over ons bedrijf, wie we zijn en onze producten is te vinden op onze website www.oeec.nl