



Deze folder omschrijft het re-integratie traject voor jongeren met een Wajong uitkering.

Een ander bureau voor coaching biedt individuele coaching, met respect voor jou, je talenten en kwaliteiten, je wensen en je dromen. Wat je nu ontdekt, blijft de rest van je leven bij je. Ons motto: door coaching blijvend anders



Gabriël Metsulaan 4
1816 EP Alkmaar
Tel: 06 222 66 757
KvK Alkmaar 37118322

contact@anderburovoorcoaching.nl
www.anderburovoorcoaching.nl

een ander bureau voor coaching

Wat ga je doen met de rest van je leven?

Je leven is de creatieve voetafdruk die jij in de wereld zet. Leven betekent verantwoording nemen voor wat je beleeft, initiatieven nemen in wat je wenst en dat vormgeven. In onderstaand traject nodigen we je uit te onderzoeken hoe je jouw voetafdruk neer wil zetten. Daarbij gaan we op zoek naar de loopbaan die daar voor jou het beste op aansluit. De eerste vraag die wij stellen is dan meteen:

Mag werk ook leuk zijn?

Wij vinden van wel. Eigenlijk kan het zelfs niet anders. Werk dat je niet met plezier doet, kost handenvol energie en is dus moeilijk vol te houden. Werk dat je vanuit je persoonlijke drijfveren doet, geeft daarentegen juist energie en stimuleert je creativiteit en zelfontplooiing.

Wie ben jij?

Iedereen wordt geboren met zijn eigen specifieke eigenschappen, kwaliteiten en talenten. Maar deze persoonlijke kenmerken raken meestal al vroeg in je leven min of meer ondergesneeuwd. Je ouders, je familie, je docenten en alle andere goedbedoelende mensen uit je omgeving, allemaal werken ze op hun manier mee aan de ontwikkeling van jouw zelfbeeld. Naast hun invloed is er natuurlijk ook nog die van die media, die je weer een ander beeld opdringen over hoe een mensenleven eruit zou moeten zien. Maar het is wel jouw leven! De kunst is nu om de weg terug te vinden naar je eigen wensen, ideeën en mogelijkheden.

Hoe vind je die weg naar jezelf?

Door de juiste vragen te stellen. Het wordt tijd de kennismaking met jezelf te hernieuwen en wij begeleiden je daarbij. Daarbij wordt snel duidelijk welke belemmeringen je jezelf hebt opgelegd. Soms zijn dat nogal hardnekkige patronen, die je behoorlijk in de weg kunnen zitten. We geven daaraan dan ook de flink wat aandacht. Je leert jezelf aan te sturen, verantwoording te nemen voor wat er in je leven gebeurt. Wij noemen dat eigenaarschap: jij bent de eigenaar van je eigen leven.

Het kan voorkomen dat we je adviseren naast het coachingstraject ook een uitstapje te maken naar een andere vorm van begeleiding. Dat kan een verwijzing zijn naar de reguliere hulpverlening maar ook naar therapeuten die met minder conventionele technieken werken.

Wat is voor jou de juiste baan?

Tijdens dit proces van zelfonderzoek kom je er ook achter waar je interesses beroepsmatig naar uitgaan. Een volgende stap is dan te onderzoeken hoe realistisch deze ideeën zijn en hoe we ze haalbaar kunnen maken. Mis je bepaalde vaardigheden? Heb je misschien meer scholing nodig of kun je de nodige ervaring opdoen tijdens een stage? Hoe zorg je ervoor dat je de stap ook echt durft te zetten?

Nieuwe vaardigheden

Bij dit alles laten we ons ideale plaatje nog lang niet los, want daar komt tenslotte je motivatie vandaan en de energie om het allemaal waar te maken. In dit deel van het traject gaan we aan de slag met het aanleren van specifieke vaardigheden die je nodig kunt hebben om je doel te bereiken. Communicatietechnieken, assertiviteit en sollicitatietraining zijn zulke vaardigheden. Ook zaken als 'hoe bouw je een netwerk op' kunnen aan de orde komen.

Je hebt jezelf nu overtuigd van je mogelijkheden en dat is de belangrijkste stap. Nu ga je de buitenwereld overtuigen!

Het traject

Het traject begint met een uitgebreide intake van 1 of 2 gesprekken. Hieruit zal duidelijk worden of dit traject voor jou kan werken.

Tijdens het traject zullen er individuele sessies zijn, soms gecombineerd met trainingen. Vanuit de intake wordt hiervoor een plan gemaakt. We kiezen er overigens voor dit plan flexibel te houden zodat we eventueel een andere weg in kunnen slaan als dat effectiever blijkt. Het is dan ook een maatwerkplan.

Binnen dit plan is zowel groepstraining als individuele training mogelijk. Het voordeel van groepstraining is dat je jezelf kunt zien functioneren binnen een groep en dat je constructieve feedback ontvangt van je medecursisten. Bij individuele coaching is de veiligheid en de ruimte voor jou persoonlijk het grote voordeel. Samen maken we een keuze, waarbij wij een adviserende rol spelen. Jij bepaalt.

De inzet van het traject is om je duidelijkheid te geven over de richting waarin je je leven wilt sturen, en daarnaast op het bepalen van een beroepsperspectief. Daarna kun je ook ondersteuning krijgen bij het daadwerkelijk vinden van een baan.
