

De counseling relatie zie ik als een proces waarin de counselor ondersteunend is aan de vraag van de klant. Hierbij is het uitgangspunt dat de relatie tussen de klant en de counselor relevant is voor het behalen van het resultaat.

Dit houdt concreet in dat wanneer je vastloopt in werk of persoonlijke situaties ik je kan ondersteunen bij het vinden van antwoorden op je vragen.

Bijvoorbeeld wanneer je met de volgende situaties zit:

- Ik wil mijn leven anders in gaan delen, hoe doe ik dat?
- Op meerdere vlakken loop ik tegen mezelf aan en ik wil daar verandering in, hoe kan ik dat doen?
- Welke keuzes zijn goed voor mij?
- Hoe kan ik anders leveren gaan met bepaalde situaties?
- Met anderen over mezelf te praten, vind ik lastig maar ik wil het wel.
- Ik vind het lastig om met bepaalde collega's om te gaan.
- Over een maand heb ik een functioneringsgesprek, hoe pak ik dat aan?

Zo zijn er talloze vragen die je met mij als coach/ counselor besproken kunnen worden.

De basisfilosofie die ik hanteer is dat:

- *iedereen is OK;*
- *iedereen kan denken;*
- *iedereen kan veranderen.*

Hierdoor ben ik als coach, counselor ondersteunend aan jouw unieke ontwikkelingsproces. Hierbij maak ik gebruik van mijn kennis, competenties en vaardigheden. Waarin ik oprechte nieuwsgierigheid, respect, transparantie en feedback belangrijke elementen vind. In de praktijk merk je dit doordat je mag zijn wie je bent met alles erop en eraan, inclusief de aspecten die je minder prettig vindt van jezelf.

Wanneer je weet dat je er onvoorwaardelijk mag zijn, krijg je ruimte om te zien wat je dromen zijn, wat je wil en kan. Je krijgt ruimte om te oefenen om 'fouten' te mogen maken, dus om te leren en te ontwikkelen.

Het is belangrijk dat je eerst gaan ervaren en accepteren om van daaruit verder te gaan kijken. Ik wil je graag dat het leven oké is, onafhankelijk wat je doet als je maar zelf beslist hoe jij je leven wilt leven.

Je bent altijd welkom voor een kennismakingsgesprek.

Met vriendelijke groet,
Anne Gaijmans