



“Design your life” coaching

Wij bieden oplossingen voor:

- Voorkomen van burnout, psychische klachten & stress
- Creëer je ideale “ik”
- Balans in jezelf



Gecertificeerd DiSC® trainer
NLP Master Practitioner
Social Panorama Consultant

Clifford
training | coaching
Discover, Develop and Grow



Design your life

“Doorbreek de cirkel om tot de kern te komen.”

D. Clifford

Design your life

De oplossing:

- Voor mensen met een beperking die zeker mogelijkheden hebben binnen de arbeidsmarkt maar op een of andere manier de stap niet kunnen nemen.
- Ter voorkoming van psychische klachten, burn-out en stress.
- HET antwoord op “hoe creeer je je ideale “ik”.

Kortom: Wie wil je zijn, hoe wil je zijn en wie wil je niet meer zijn?

Wat houdt het concept in?

Wat is de discrepantie tussen wie je nu bent en wie je wilt zijn. Wat houdt je tegen om bijv. de ideale monteur, manager, receptioniste, directeur of leraar te zijn? Wat zijn de blokkades, beperkingen en gedachten waardoor dit niet lukt. Design your life zorgt voor een fundamentele verandering op het gebied van identiteit, overtuigingen en gedrag op basis van de theorie van de logische niveau's van Gregory Bateson. Hierdoor wordt nieuw gedrag zowel op de korte als lange termijn definitief verankerd. Design your life is gebaseerd op 5 belangrijke levensgebieden om zo een nieuw fundament van balans te creëren, te weten; Fysiek, Sociaal, Emotioneel, Spiritueel en Intellectueel.

“We must become the change we want to see!”
M. Ghandi

Welke technieken?

Design your life is een concept dat ontwikkeld is door een unieke combinatie van resultaatgerichte transformationele technieken uit de NLP, Sociaal Panorama van dr. L. Derks, Solution Focused coaching en onderzoeken van R. Kunkel en Suzi Smith naar burn-out, stress en psychische klachten.

Voor wie?

Voor mensen met een psychische, lichamelijke en/of verstandelijke beperking, die ondersteuning nodig hebben om te komen tot een daadwerkelijke uitvoering van arbeid. Maar ook voor mensen in arbeid met last van psychische klachten, burn-out of stress. Wij bieden met name ondersteuning in de persoonlijke ontwikkeling door middel van maatwerk afgestemd op de specifieke behoefte van de persoon.

Onze kracht!

1. Wij beoordelen niet maar focussen ons juist op datgene wat mogelijk is.
2. Wij zitten niet tegenover maar naast de mens.
3. Design your life rekent definitief af met blokkades, spanning, belemmerende gedachten en angsten.



Referentie: 100% afgekeurd, nu fulltime baan in 4 maanden tijd!

Ik zat in de WAJONG en was 100% afgekeurd wegens ernstige astma en allergieën. Ik had 4 maanden gerevalideerd en probeerde mijn leven weer op te pakken na een zieke en overspannen fase in mijn leven. Mijn leven diende geherdefiniert te worden en alleen lukte dat niet. De sessies heb ik als zeer positief ervaren, een heldere aanpak en recht door zee: Wat is er aan de hand en wat wil je bereiken?

Op een no-nonsense manier wordt in een afzienbare tijd op zoek gegaan naar de kern van je probleem. Daarna, door het herbeleven van emotie, geef je het een plek. Emotioneel vond ik het een heftige rit, waarbij Dave er altijd voor zorgt, dat je met een veilig en positief gevoel de sessie afsluit.

Na de 4 sessies met Dave, voelde ik mij een 'lichter' mens, met als belangrijkste conclusie dat alle karaktereigenschappen in mij er zijn voor een reden, en dat die er zijn ter dienste van mij en niet andersom. Ik heb de keuze welk stukje van mij ik naar boven haal in welke situatie dan ook. Deze conclusie heeft mij rust gebracht. En het gevoel dat ik 'in control' ben over mijn eigen leven. Het fijne daarvan is, dat dingen voor het eerst in mijn leven voor mij gingen werken in plaats van andersom! Dat is een groot geschenk! Ik heb in totaal 2 jaar thuisgezeten en was geheel arbeidsongeschikt verklaard. Na het volgen van de sessies ben ik vanuit een volledige arbeidsongeschiktheidssituatie naar een fulltime baan gegaan in functie van marketingmanager in een tijdsbestek van 4 maanden.

H. Diek



“De praktijk is de leermeester van alle dingen.”

Julius Caesar

“Vertrouwen in eigen handelen is de eerste voorwaarde voor succes!”

De 4 Fasen:

1. Discover
2. Develop
3. Grow
4. Evaluate



Onze werkwijze voor Design your Life Coaching

Elk coachingstraject is maatwerk. Daarom kent ieder traject bij ons vier fasen.

Het doel van “**Discover**” is kennismaken en het uitspreken van wederzijds vertrouwen. Je dient vertrouwen te hebben in de kwaliteit van de coach en de coach moet vertrouwen hebben in het ‘coachbaar zijn’ van de vraagstelling. Voorafgaand aan het gesprek dient onze "Discover, Develop and Grow" vragenlijst ingevuld te worden die dient voor uw focus en de focus van de coach. Deze vragen hebben tot doel specifiek te krijgen op welke gebieden je graag de belangrijkste veranderingen wilt bereiken.

Daarna volgt het plan van aanpak, “**Develop**” dat bestaat uit een tijdspad met de ontwikkelpunten. Tijdens de gesprekken worden afhankelijk van de ontwikkelpunten in overleg diverse tests of instrumenten gebruikt. In de fase “**Grow**” worden de inzichten, nieuwe vermogens en eventueel nieuwe overtuigingen in de praktijk toegepast en tijdens de volgende sessie geëvalueerd. Tijdens de fase “**Evaluate**” wordt het traject besproken en waar nodig verdere ondersteuning geboden.

Discover, develop, grow your ideal You, with Design your life!

***“Een smallere weg komt onvermijdelijk uit op
een bredere”.***
Confucius