

**1) Wat waren je grootste frustraties/verlangens voordat je meedeed aan dit traject?**

Mijn grootste frustratie was dat ik mijn werk niet leuk en uitdagend vond maar ook niet goed wist wat ik dan wel wilde doen. Mijn verlangen was om werk te doen wat beter bij me past en me meer de ruimte geeft om werk en privé te combineren.

**2) Twijfelde je eraan om dit coachtraject te volgen? Zo ja: wat waren je twijfels? En wat was de reden dat je uiteindelijk toch besloot om ervoor te gaan?**

Ik wilde dit traject gaan doen om erachter te komen wat voor werk bij mij past en wat ik wil doen in de toekomst. Na het oriënterende gesprek met Evelien was ik behoorlijk zeker dat ik dit traject wilde gaan doen. Ik heb ook bij mijn leidinggevende aangegeven dat dit was wat ik wilde doen en dat ik het ook zou volgen als ze niet zouden meebetalen.

**3) Hoe voel je je nu? Welke specifieke veranderingen heb je doorgemaakt (mentaal/emotioneel/op carrièregebied) gedurende het traject?**

Ik voel me nu goed, ik heb een andere baan gevonden en merk dat ik daar steeds beter op mijn plek raak. Gedurende het traject merkte ik dat er steeds meer puzzelstukjes kwamen die bij mij zouden passen als werk en dat ik die bij elkaar moest leggen om tot mijn droombaan te komen. Ook heb ik meer over mezelf geleerd gedurende het traject. Ik ben bijvoorbeeld erachter gekomen dat ik creativiteit er leuk en belangrijk vind maar dat dit niet terug kwam in mijn werk. Hier heb ik samen met Evelien afspraken overgemaakt om dit verder te ontdekken.

**4) Als je kijkt naar de impact die dit traject op je leven gehad heeft, welk cijfer geef je dan aan de individuele coachgesprekken? En welk cijfer geef je aan de twee Deep Dives? Waarom geef je deze cijfers?**

Het traject heeft een goede impact op mijn leven gehad en ik merk dat het veel voor mij gedaan heeft. Ik zou de gesprekken een 8 geven, Evelien weet heel goed wat ze doet en heeft me erg geholpen. De deepdives vond ik ook bijzonder en zou ik ook een 8 geven. Ik vond het ook leuk om zo in groepsverband een keer gecoacht te worden.



## 5) Wat vond je het fijnst aan mijn aanpak?

Ik vond het fijn dat het geen standaardprogramma was maar juist helemaal op mij gericht. Ook kun je allerlei zaken bespreken met Evelien bijvoorbeeld meer op persoonlijk gebied, en is het niet alleen maar zakelijk gericht.

## 6) Zou je anderen aanbevelen om een coachtraject bij mij te volgen? Waarom wel of niet?

Ja ik zou anderen aanraden om een coachtraject bij Evelien te volgen. Het was voor mij echt een goede ervaring om een dergelijk traject te doen. Ik heb zelfs al iemand aangeraden om een traject bij Evelien te volgen.

## 7) Mocht je zelf nog 2-3 zinnen willen schrijven over het traject, dan kan dat hier:

Ik vond het een erg fijn traject, helemaal op mij toegespitst. Ik heb elk gesprek uitdagingen met Evelien afgesproken om aan te werken de komende periode en dit hielp me heel erg om over bepaalde blokkades/angsten heen te komen. Nooit tevreden zijn en vaak onzeker, niet weten wat ik precies wil en stress met name met betrekking tot werk.