

## Contact

CHDM  
Hoenderhoeve 27  
3992 XK Houten  
E info@chdm.nl  
W www.chdm.nl



leren experimenteren, positiever over jezelf denken, steviger op je benen staan, zelf kiezen, jezelf concrete doelen stellen, je eigen talenten gaan zien en kunnen benoemen.

Door coaching zul je in staat zijn om grenzen van jezelf en van de ander te herkennen en te erkennen. Je ervaart vrede over de plek die je nu hebt en je ziet welke mogelijkheden voor jou open liggen.

### Specialisaties

CHDM is werkzaam in Ede, Amersfoort, Houten en Woerden met de volgende specialisaties:

- loopbaanbegeleiding
- persoonlijke ontwikkeling
- timemanagement
- familie- en organisatiesystemen
- ADD- en ADHD-coaching
- coaching jongvolwassenen
- mediation
- pastoraat

Kijk voor meer informatie over coaching, onze workshops en aanmelding op [www.chdm.nl](http://www.chdm.nl).



coaching

## Coaching

Op zoek naar het doel van je bestaan? Inspiratie nodig? Meer beweging of juist stilte en bezinning?

CHDM is een christelijke organisatie waar u terecht kunt met uw vragen over studie, loopbaan, relaties, geloof, ADD en ADHD.

### Visie en identiteit

Ieder mens is van waarde en heeft zijn eigen unieke vaardigheden van God gekregen. Het is de bedoeling dat je jouw plaats kunt innemen en dat je ervaart dat God tot zijn doel komt met jouw leven.

Wij willen er graag voor jou zijn in dit proces!

Onze werkwijze is effectief en de waarden vanuit onze identiteit zijn verenigbaar voor iedereen: liefde, genieten, leven, ontvangen, geven, professionaliteit, groeien, kiezen, inspireren, volharden, samen, ruimte, creativiteit, relativeren en motiveren.

### Coaching is maatwerk

Door het stellen van de juiste vragen en te luisteren naar wat je zegt, wordt vaak al veel duidelijk. Jij bepaalt echter wat je doel is en waar je mee aan de slag wilt.

# kies krachtig

De coach is er om je een spiegel voor te houden en samen ontdekken we waardoor je beperkt wordt. Daarna gaan we het proces van verandering in.

Door verschillende oefeningen wordt je denken en gedrag beïnvloed. Beperkingen worden kleiner en je talenten worden versterkt. Hierdoor zal je meer vrijheid en effectiviteit ervaren in je bestaan.

### De begeleiding

Wanneer je bij ons aanklopt heb je de belangrijkste stap al genomen. Na het eerste gesprek kijken we samen hoe het

traject eruit zal zien. Wij werken met een team van coaches met verschillende specialiteiten. Hierdoor kunnen we jouw coachvraag neerleggen bij diegene die hier het meest geschikt voor is.

Tijdens het traject krijg je zorgvuldige begeleiding waarbij confronteren centraal staat. Veiligheid, vertrouwen, respect en eerlijkheid zijn sleutelwoorden in onze werkwijze.

### Resultaten

Coaching leidt tot mooie resultaten: emotionele stabiliteit, eerlijke zelfreflectie,