



## Intake

### Zo bereid je je voor op de intake

Je hebt een eerste afspraak met mij voor coaching. In voorbereiding op dit eerste coachgesprek vraag ik je om alvast na te denken over de volgende vragen:

#### Heden

- Wat is de aanleiding voor je coachvraag?
- Wat verwacht je van coaching?
- Wat zijn je leerdoelen?
- Welke aanpak past het best bij jou?

#### Verleden

- Heb je eerder coaching of therapie gevolgd?
- Wat waren je belangrijkste inzichten?
- Wat is er door dat traject positief veranderd aan je leven?

#### Toekomst

- Wat moet dit coachtraject jou gaan opleveren?
- Hoe zul je weten dat je hebt wat je hebben wilt?
- Wat houdt je tegen om dat wat je wilt nu op dit moment te hebben?

#### Vragen

Heb je nog vragen? Mail me via [start@mijnreset.com](mailto:start@mijnreset.com)