



Onderzoeksvragen “lange termijn effect van coaching” (2020)

In januari 2020 heb ik onderzoek gedaan naar het lange termijn effect van coaching. Hiertoe heb ik mijn ex-coachees (tot 10 jaar terug) per mail benaderd. In deze mail was een link opgenomen naar de enquête (Survio).

Onderstaand de weergave van deze enquête.

Welkomstscherm:

Beste ex-coachee,

Wat fijn dat je meedoet! Het invullen van de vragen zal ongeveer 10 minuten vergen.

Veel dank alvast,

Lidwien

PS. Uiteraard ga ik zorgvuldig om met de resultaten. Ik verwerk alleen de statistische gegevens.

Deelname is anoniem; als jij bij de laatste vraag je mailadres invult, wordt dit niet gekoppeld aan jouw antwoorden.

1. Hoe lang geleden vond het coachtraject plaats?*

Selecteer één antwoord

- Langer dan 5 jaar geleden
- 2 tot 5 jaar geleden
- Minder dan 2 jaar geleden

Deze enquête bestaat uit drie blokjes.

In het eerste blok vraag ik naar jouw herinnering aan het coachtraject.

In het tweede blok vraag ik naar het effect van het coachtraject in de jaren daarna.

In het derde blokje vraag ik naar jouw mening over het effect van coaching en de keuze van een coach.

Tenslotte vraag ik nog of jij al dan niet in aanmerking wil komen voor de te verloten prijzen.

Allereerst kijken we terug op jouw ervaring tijdens het coachtraject.

2. Welke invloed heeft het coachtraject destijds op jouw persoonlijke ontwikkeling gehad?*

Selecteer één antwoord

- Het coachtraject had destijds een significante invloed op mijn ontwikkeling.
- Het coachtraject droeg destijds bij aan mijn ontwikkeling.
- Het coachtraject had destijds geen of beperkte invloed op mijn ontwikkeling.
- Andere...

3. In hoeverre is destijds jouw doelstelling (coachvraag) behaald?*

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



4. Welke ingrediënten hebben bijgedragen aan het resultaat van het coachtraject?

Verander de volgorde volgens uw voorkeur (1. - belangrijkste, laatste - minst belangrijke)

De door de coach gehanteerde methodes
Het "huiswerk" en de oefeningen
De persoonlijke inbreng van de coach (vragen, feedback, attitude)
Het schrijven van reflectieverslagen
De tijd en aandacht die ik door het coachtraject in mijzelf investeerde
De bewustwording van mijn gedrag en overtuigingen

We kijken nu naar de jaren ná het afronden van het coachtraject. Waar we praten over "het" coachtraject, bedoelen we het traject dat jij bij mij hebt gevolgd.

5. Welke van de volgende stellingen zijn voor jou van toepassing? Kruis deze aan.*

Selecteer één of meer antwoorden

- Wat ik tijdens het coachtraject heb geleerd, heb ik later ook op andere terreinen toegepast.
- Ik ben sinds het coachtraject meer met reflecteren en bewust handelen bezig geweest.
- Na afronding van het coachtraject is het geleerde weer weggezaakt.
- Bij nieuwe situaties grijp ik terug op het geleerde in de coaching
- Na het coachtraject ben ik andere dingen gaan doen om mijn ontwikkeldoelen te behalen.
- Ik heb elementen uit het coachtraject zelf gebruikt naar derden (collega's, medewerkers, ...)
- Ik heb de afgelopen jaren vaker coaching gevolgd.
- Het coachtraject kwam destijds voort uit een specifieke situatie, en was daarmee eenmalig.

6. Wat is terugkijkend het belangrijkste effect van het coachtraject geweest?*

Selecteer één of meer antwoorden

- Ik kan beter reflecteren
- Ik heb meer zelfvertrouwen
- Ik durf "nee" te zeggen, ben assertiever
- Ik kan meer afstand nemen
- Ik ben effectiever in mijn werk
- Ik ben effectiever in het aangaan en/of ontwikkelen van relaties
- Andere...

Gezien jouw eigen ervaring met coaching

7. Zou jij het volgen van coaching aanraden aan anderen?*

Selecteer één antwoord

- Ja, zeker!
- Dat hangt van de ontwikkelvraag af: soms wel, soms niet.
- Nee, ik denk het niet



8. Waar moet je op letten bij het kiezen van een coach?

Verander de volgorde volgens uw voorkeur (1. - belangrijkste, laatste - minst belangrijke).

Bewezen professionaliteit (onafhankelijke certificering) van de coach.] De door de coach gebruikte methodieken De specialisatie van de coach op het vraagstuk (de thema's, de coachdoelstelling).] Een persoonlijke klik met de coach. Praktische factoren (werkruimte, bereikbaarheid, parkeren). De kosten van het traject. Dat moet ieder voor zich bepalen / geen mening]

9. Welke vormen van ontwikkeling verwacht jij de komende twee jaar zelf in te zetten?*

Selecteer één of meer antwoorden

- Kennis en vaardigheden op mijn vakgebied (opleiding).
- Sociale en communicatieve vaardigheden (training).
- Coaching
- Intervisie
- Andere...

Hartelijk dank voor het invullen van deze enquête.

Ik zal jouw antwoorden zorgvuldig en anoniem verwerken.

Tot slot:

10. Wil jij in aanmerking komen voor één van de prijzen?*

Selecteer één antwoord

- Ja
- Nee

11. Laat hier je emailadres achter:

- Typ één of enkele woorden...