



One Session

houd je medewerkers mentaal fit



STRESS?

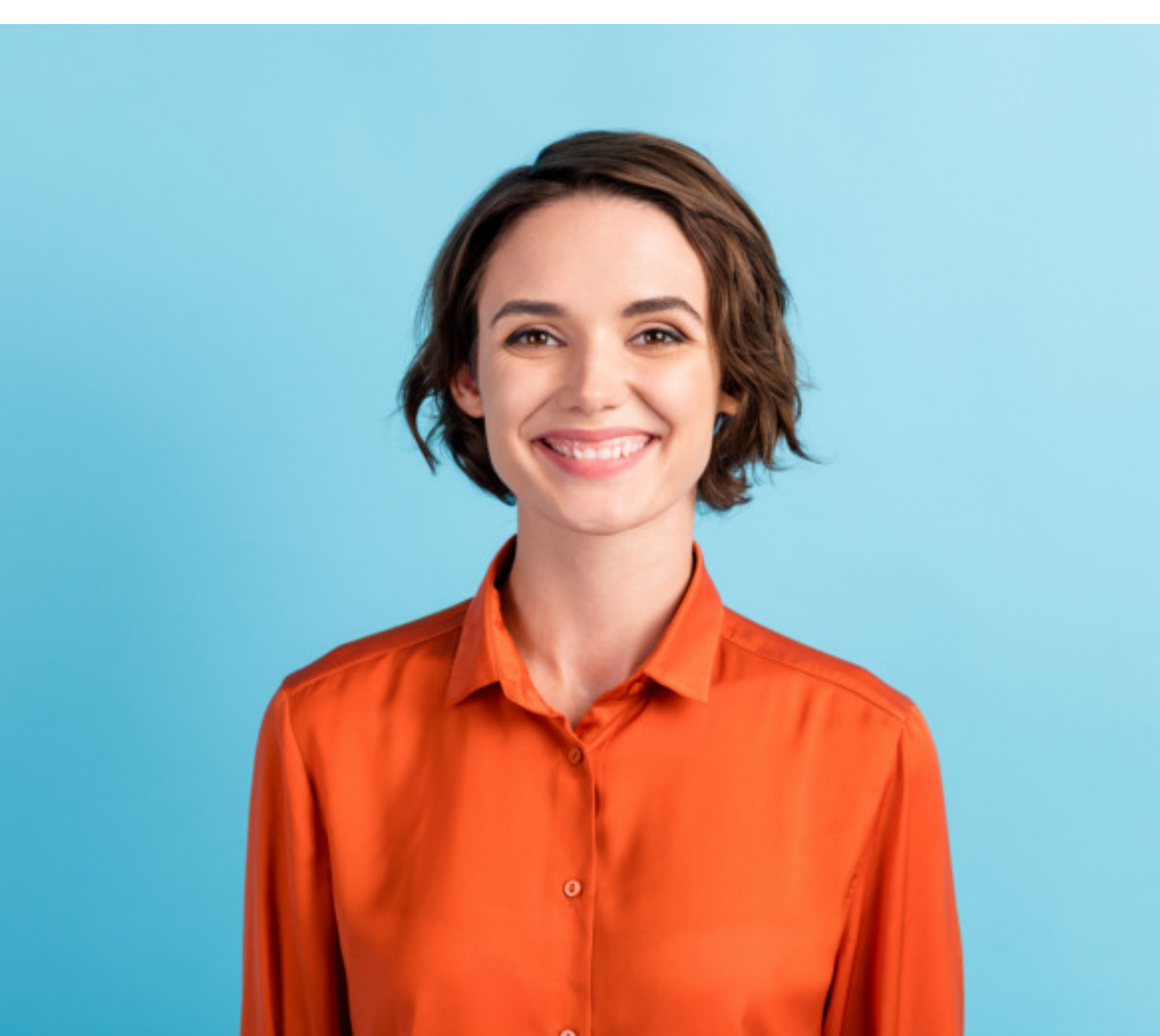
- *Burn-out epidemie grijpt om zich heen!*
- *Volg alle life-style adviezen om dat zelf te voorkomen!*
- *Zonder tijdrovende dure coachings- en trainingsprogramma's redden je medewerkers het niet!*
- *Zonder immer brandende wereldreddende 'purpose' loopt iedereen met talent bij je weg!*

Als leidinggevende word je steeds meer onder druk gezet. Natuurlijk is er veel aan de hand en is het belangrijk je mensen goed te ondersteunen. Maar als je stress goed hanteert is er geen reden voor paniek. En je hoeft het niet alleen te doen.

RELAX!

De beste coaching is niet ingewikkeld.

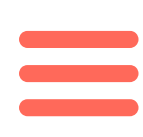
- Wij coachen als eerste in Nederland volgens de wetenschappelijk onderbouwde Single Session Therapy (SST) methode.
- Met flexibel te boeken 1-op-1 sessies ondersteunen we jouw medewerkers als ze dat nodig hebben.
- In één sessie helpen wij je medewerkers weer op weg.
- Onze coaches zijn ervaren, universitair geschoolde psychologen.
- One Session coaching regel je simpel en snel, als je wilt vandaag nog.



'Eén sessie op het goede moment maakt een wereld van verschil.'

* Zo eenvoudig werkt One Session

Met een paar eenvoudige stappen zorg je ervoor dat je medewerkers een ervaren coach kunnen inschakelen als ze die nodig hebben.



Pakket Samenstellen

Als organisatie koop je een strippenkaart met het aantal sessies naar keuze. Start bijvoorbeeld met ons pilotpakket van 10 sessies.



Bedrijfscode

Met de bedrijfscode kunnen je medewerkers zelf online een coaching sessie boeken op het moment dat ze dat nodig hebben (vanaf 3 weken tot 4 uur van tevoren).



Privacy

De 1-op-1 sessies zijn altijd 100% vertrouwelijk. We moedigen medewerkers aan zich uit te spreken, maar delen zelf nooit informatie met de organisatie. Privacy is essentieel voor effectieve coaching.



Evaluatie

We delen altijd de anonieme 1 tot 5 sterren beoordeling van de sessie zodat je als organisatie weet of de sessies zinvol zijn en gewaardeerd worden.



Pilot Pakket

- Ervaar hoe SST-coaching voor je organisatie werkt.
- Snel geregeld: zie www.onesession.nl/services/organisatie-pakket-samenstellen/
- 10 sessies voor € 1750 excl. btw.
- Je medewerkers kunnen binnen 24 uur bij onze ervaren coaches terecht, zodra je de opdracht bevestigd hebt.
- Ondersteuning en advies voor de HR-medewerker of leidinggevendenden over het inzetten van SST-coaching die past binnen de organisatie

Medewerkers over One Session coaching:



'Alsof ik een oprisbeurt in mijn hoofd heb gekregen en weer grip heb op een paar oude handvatten. De heldere inzichten van mijn coach helpen me om weer verder te gaan.'



'Met een minimale investering, ook in tijd, word je echt op weg geholpen. De sessie heeft mij weer het gevoel gegeven dat ik in control ben. Dat ik zelf dingen kan veranderen.'



'Wat mij helpt is het kanaliseren van het probleem en de praktische handvatten. Ik heb helder gekregen waar mijn probleem ligt en wat ik daaraan kan doen. Maar ook wat vooral niet.'



Jelke Notten
Talent manager RTL
Nederland

over de coaching van One Session:

'Al veel RTL-collega's hebben hieraan deelgenomen en men is overdeeld enthousiast. De visie van One Session dat één sessie vaak voldoende is, kan ik volledig ondersteunen. Het is een laagdrempelige vorm van coaching, omdat het weinig tijd en geld kost. Bovendien is het zowel voor HR als medewerkers heel eenvoudig om een sessie te plannen. Dat maakt dat het zeker een van de belangrijkste pijlers is van ons vitaliteitsbeleid, waarmee we inspelen op de situatie waarin medewerkers gedwongen thuiswerken. Maar niet alleen dat, ook medewerkers met loopbaanvragen of assertiviteitsissues zijn blij met de praktische werkwijze van One Session.'

Naast het feit dat de sessies goed aansluiten bij de wensen en behoeften van onze collega's, is de samenwerking tussen HR en One Session ook heel prettig; vriendelijk en professioneel. Ze denken graag met je mee. Wij zijn erg tevreden met One Session en gaan dit aanbod ook zeker voortzetten na corona!'



'De meeste bedrijven zijn serieus bezig met zorg en preventie. Wat je absoluut niet wilt, is dat een werknemer bij de arbo-arts belandt. Dan kom je in de loopgraven terecht en daar kom je niet snel uit.'

'We sporen mensen aan om zich uit te spreken over wat ze dwarszit. De privacy is 100 procent gewaarborgd. We zeggen niet tegen de klant: dit is wat we te horen krijgen over jullie. We vragen aan mensen wat ze vonden van de sessie. Dat delen we wel met de klant.'

Interview met Helen van Empel, mede-oprichter van One Session, in Elsevier, 2 aug 2021

Gun je medewerkers One Session

Wil je de mogelijkheden voor jouw organisatie bespreken? Neem contact met ons op. We zijn op werkdagen tussen 9.00 en 18.00 telefonisch bereikbaar op +31 20-2445-216 per mail: info@onesession.nl

Je kunt op onze site ook direct een afspraak voor een video-call plannen: www.onesession.nl/contact/