



---

COACHING - PSYCHOLOGEN - RELATIETHERAPIE  
TEAMCOACHING - COACHOPLEIDINGEN - TRAININGEN  
INTERVISIE - MEDIATION - OUTPLACEMENT  
VERTROUWENSPERSONEN

## OVER GORT®

GORT® is in 2009 opgericht door arbeidspycholoog Tosca Gort als bureau waar mensen een goede coach kunnen vinden. Inmiddels is GORT® uitgegroeid tot dé plek voor persoonlijke ontwikkeling, waar je naast een goede coach ook een kundige psycholoog, relatietherapeut, trainer, mediator of vertrouwenspersoon vindt.

[gortcoaching.nl/over-ons/](http://gortcoaching.nl/over-ons/)



### Tosca Gort - Oprichter

*"In 2008 raakte ik na mijn studie psychologie geïnspireerd door de impact van coaching en was meteen overtuigd van de positieve resultaten. Deze ervaring vormde de basis voor GORT® waar we niet alleen coaching, maar ook hoogwaardige begeleiding door psychologen, trainers, mediators en relatietherapeuten aanbieden. Ons doel is kwalitatieve ondersteuning toegankelijk te maken voor iedereen. Zodat zoveel mogelijk mensen kunnen werken aan hun professionele en persoonlijke ontwikkeling om zo een positieve verandering in hun leven voor elkaar te krijgen!"*



## ONS AANBOD BESTAAT UIT

COACHING



PSYCHOLOGEN



RELATIETHERAPIE



MEDIATION



TEAMCOACHING



OPLEIDINGEN/TRAININGEN



INTERVISIE



VERTROUWENSPERSONEN

## WAT IS COACHING?

### EEN INLEIDING TOT HET CONCEPT EN DE PRAKTIJK

Coaching is een begeleidingsproces dat zich richt op het helpen van mensen om persoonlijke of professionele doelen te bereiken. In het proces van coaching helpt de coach met de verandering die nodig is, terwijl de coachee verantwoordelijk is voor de te ondernemen stappen. Het is een samenwerking waarbij beide partijen een belangrijke rol spelen.



## COACHING IS ER VOOR DE MEEST UITEENLOPENDE ONDERWERPEN

Coaching kan gaan over uiteenlopende onderwerpen, zoals het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden, het vergroten van zelfbewustzijn, het bereiken van carrièredoelen, of het verbeteren van persoonlijke relaties. Hoewel coaching in verschillende contexten wordt toegepast, is het centrale doel altijd om jou te helpen jouw volledige potentieel te bereiken.

De voornaamste coachonderwerpen voor medewerkers zijn:

- 👉 Persoonlijke effectiviteit
- 👉 Stress
- 👉 Persoonlijke groei
- 👉 Loopbaanvragen
- 👉 Impactvolle gebeurtenissen



## WAT EEN PSYCHOLOOG BIJ GORT® KAN BETEKENEN

### PERSOONLIJKE EN PROFESSIONELE ONTWIKKELING

Een psycholoog bij GORT® helpt bij zowel je persoonlijke als professionele ontwikkeling. Worstel je met stress, een burn-out, angst of wil je gewoon een sterkere versie van jezelf worden? Een psycholoog ondersteunt je bij het overwinnen van obstakels en het bereiken van je persoonlijke én professionele doelen.

### PSYCHOLOGISCHE ONDERSTEUNING EN THERAPIE

Bij GORT® begrijpen we dat het leven uitdagend kan zijn. Onze psychologen bieden daarom ondersteuning en therapie voor een reeks psychologische uitdagingen.

Heb je last van een dertigersdilemma, een imposter syndroom, wil je leren omgaan met hoogsensitiviteit of iets anders? We maken gebruik van beproefde therapieën en benaderingen om je te helpen jouw mentale gezondheid te verbeteren.

### COACHING VOOR BETER WELZIJN

Naast therapie bieden de psychologen van GORT® ook coaching aan om het algehele welzijn te bevorderen. Dit kan onder andere door het leren van effectieve stressmanagementtechnieken, het verbeteren van communicatieve vaardigheden en het versterken van je zelfvertrouwen.

# COACHOPLEIDINGEN

## COACHOPLEIDING FOUNDATION (3 DGS)

- 👉 Voor iedereen die iets met coaching wil gaan doen
- 👉 EQA-keurmerk geschikt voor NOBCO EIA op Foundation niveau

## COACHOPLEIDING PRACTITIONER (8 DGS)

- 👉 De opleiding om jouw coachvaardigheden te verbreden en verdiepen naar professioneel niveau
- 👉 EQA-erkend diploma geschikt als onderdeel van Practitioner niveau (EIA)

## COACHENDE VAARDIGHEDEN VOOR HR EN L&D

- 👉 2-daagse training voor het verbeteren van coachvaardigheden voor HR en L&D

## COACHENDE VAARDIGHEDEN VOOR LEIDINGGEVENDEN

- 👉 Coachende gespreksvoering toepassen in de praktijk
- 👉 Jouw werknemers gemotiveerd en geïnspireerd aan het werk



# TEAMCOACHING

Teamcoaching is een vorm van coaching waarbij het verbeteren van het functioneren van het team centraal staat. Teamcoaching vergroot de prestaties van een team door middel van oefeningen die motiveren om positieve verbeteringen in te zetten.

1. Faciliteren van teamontwikkeling
2. Stimuleren van samenwerking
3. Bevorderen van effectieve communicatie
4. Omgaan met conflicten
5. Ontwikkelen van leiderschap
6. Evaluatie en feedback

[gortcoaching.nl/teamcoaching/](https://gortcoaching.nl/teamcoaching/)

# TRAININGEN

OF KIES VOOR ONZE 2 DAAGSE TRAININGEN  
VOOR PERSOONLIJKE EN  
PROFESSIELE ONTWIKKELING:

Werkstress reguleren



Assertiviteit



Basis NLP vaardigheden



Vitaal & Gezond in werk en privé

[gortcoaching.nl/opleidingen/](https://gortcoaching.nl/opleidingen/)



## MEDIATION

Mediation is een flexibele vorm van geschiloplossing, waarbij beide partijen actief werken aan het vinden van een oplossing onder begeleiding van een deskundige.

Door de focus te leggen op samenwerking en begrip, biedt het partijen een waardevol alternatief voor een dure gang naar de rechter.

[gortcoaching.nl/mediator/](https://gortcoaching.nl/mediator/)

## VERTROUWENSPERSOON

In het hedendaagse zakelijke landschap is het welzijn van medewerkers meer dan ooit een centraal thema. Organisaties zijn zich steeds meer bewust van het belang van een gezonde, inclusieve en respectvolle werkomgeving. Een cruciale speler in het waarborgen van deze aspecten is de vertrouwenspersoon.

[gortcoaching.nl/vertrouwenspersoon/](https://gortcoaching.nl/vertrouwenspersoon/)

## RELATIETHERAPIE

Relatietherapie kan je relatie verbeteren door problemen aan te pakken en op te lossen die stress veroorzaken. Het kan helpen bij het verbeteren van de communicatie, zodat beide partners duidelijk hun gevoelens, behoeften en verwachtingen kunnen uiten. Relatietherapie kan ook helpen bij het ontwikkelen van betere vaardigheden voor conflictoplossingen, zodat meningsverschillen op een gezonde en constructieve manier kunnen worden aangepakt. Daarnaast kan het bijdragen aan een dieper begrip van elkaars perspectieven en behoeften, wat kan leiden tot meer empathie en verbondenheid. Over het algemeen kan relatietherapie helpen om de tevredenheid en het geluk in een relatie te verbeteren.

[gortcoaching.nl/relatietherapeut/](https://gortcoaching.nl/relatietherapeut/)

## ONZE VISIE VOOR 2030

Wij geloven dat persoonlijke ontwikkeling mensen gebalanceerd en effectiever maakt.

Daarom willen wij in 2030 hét centrum voor persoonlijke ontwikkeling zijn. Daarvoor bouwen wij momenteel aan een compleet aanbod van diensten die bijdragen aan persoonlijke ontwikkeling.

## GORT® PROFESSIONAL QUALITY STANDARD

Sinds 2009 hanteren wij de GORT® Professional Quality Standard. Dit wetenschappelijk ontwikkelde model (Universiteit Utrecht) legt onze kwaliteitsnormen vast.

Onze professionals dienen te voldoen aan meer dan 20 strikte kwaliteitsnormen, die voortdurend worden gemonitord door onze kwaliteitsmanager. Op deze manier kunnen wij te allen tijde een stabiele en hoogwaardige kwaliteit van al onze diensten waarborgen.

## GORT® IN VOGELVLUCHT



## CERTIFICERINGEN & BEROEPSVERENIGINGEN



## CONTACT

### GORTCOACHING

Pieter Braaijweg 203  
1114 AJ Amsterdam-Duivendrecht

 [gortcoaching.nl](http://gortcoaching.nl)

 [vragen@gortcoaching.nl](mailto:vragen@gortcoaching.nl)

 088 - 170 1500