

*Het
Cocon-traject
resultaat
onderzoek*

2008 - 2010


Praktijk de Cocon

Het Resultaat onderzoek

Nadat ik in 2010 de laatste trajecten van de UWV deelnemers had afgesloten, besloot ik om de resultaten die ik bij de deelnemers had gezien te documenteren door het houden van een onderzoek. Ik heb daarvoor een serie vragen ontwikkeld met 10 punt scoringslijsten, waarmee de deelnemers hun groei en ontwikkeling in het Cocontract zouden kunnen aangeven. (zie bijlage)

Vervolgens heb ik aan alle oud-deelnemers (61 personen) van het Cocontract een verzoek gedaan om deel te nemen aan het resultaatonderzoek door de scoringslijsten in te vullen en deze aan mij terug te sturen. Zeven personen gaven om privacy redenen aan; niet aan het onderzoek deel te willen nemen en van vijf personen heb ik geen respons ontvangen - niet bereikt. Van 49 oud-deelnemers heb ik het resultaatonderzoek mogen ontvangen. Dat is van 80.3%.

De onderzoeksvragen

Ik heb het onderzoek gehouden aan de hand van drie categorieën vragen, met over iedere vraag twee scoringen op een tienpuntschaal: Een scoring vóór het traject en een scoring ná het traject. Daarnaast heb ik ruimte geboden voor toelichtingen.

Categorie: 1 Vragen over de levenskwaliteit

Ik heb het onderzoek gehouden over de groei in levenskwaliteit. Het centrale doel van dit traject. Ik heb vragen geformuleerd over thema's die tijdens het programma aan de orde zijn geweest en waarop deelnemers zich hebben ontwikkeld.

Categorie: 2 Arbeid

Zonder dat ik met de deelnemers sprak over werk of het verwerven daarvan, ontstond er door het toenemen van de eigen vitaliteit weer als vanzelf perspectieven naar de toekomst en waren er mensen die spontaan en op eigen kracht gingen solliciteren. Zo hebben er een behoorlijk aantal deelnemers tijdens of vlak na hun traject weer werk gevonden zonder dat dit in het traject expliciet aan de orde is geweest. Ik vond het leuk om ook deze spin-off in beeld te brengen.

Categorie: 3 Tevredenheid deelnemers Cocontract

Aan het einde van het onderzoek heb ik de deelnemers een vraag gesteld om het behaalde resultaat te beoordelen met een score en de kwaliteit van de geboden begeleiding.

Categorie: 4 Referenties UWV coaches

Tenslotte heb ik de doorverwijzende UWV coaches gevraagd een referentie te schrijven over hun waarneming van de veranderingen bij hun cliënten. Ik ben blij met hun kernachtige inhoudelijke waarnemingen en dank hen voor het vertrouwen en doorverwijzingen in de afgelopen drie jaar.

1. Resultaten m.b.t. de levenskwaliteit

Ik geef hieronder de vragen weer van het onderzoek met de gemiddelde score van de deelnemers zoals deze staan vermeld in de scoringslijsten.

1A Levenstevredenheid

Dit is een globale en algemene vraag. Ik heb hiermee de algemene subjectieve toestand van de deelnemer willen meten.

Vraag: Hoe beoordeel ik mijn levenstevredenheid voor en na het traject?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang:	4.5
Groei:	2.8
Na afloop van het traject:	7.3 (peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichtingen van deelnemers:

- Bij de start was mijn levenstevredenheid erg laag. Ik wist niet meer wat het was om van mijzelf te houden. Ik was ook het vertrouwen en het geloof in mijzelf kwijt. Dit maakte dat ik zeer ongelukkig was met mijn leven.
- Door een lange periode van angst voelde ik mij lichamelijk ook erg slecht. Ik dacht dat het nooit meer over zou gaan.
- Ik doe de dingen meer vanuit mijn gevoel en minder vanuit moeten.
- Ik ben een studie gaan doen en ben gaan werken met mensen. Dit is op mijn lijf geschreven.
- Ik was behoorlijk vastgelopen.
- Ik heb gemerkt dat alles wordt omgezet in vreugde en blijheid. Ik wilde meer levenskwaliteit en dat heb ik gekregen.
- Ik kan meer genieten van het moment.
- Ik ben beter in balans gekomen.
- Ik was vreselijk ontevreden over mijn leven. Nu zie ik meer perspectief en heb het gevoel dat het goed komt.
- Ik zit weer goed in mijn vel en voel mij gelukkig.
- Ik wilde altijd meer dan ik aankon en dat gaf frustraties.
- Ik doe nu mee i.p.v. buiten de maatschappij te staan.
- Mijn leven had geen zinnige basis meer. Ik heb mijzelf weer ontmoet. Ik ben er weer

1B Zelfvertrouwen en eigenwaarde

Dit punt was voor de meeste deelnemers waaraan het ontbrak. Een gebrek aan basis; zelfvertrouwen en eigenwaarde.

Vraag: Hoe beoordeel ik mijn zelfvertrouwen en eigenwaarde voor en na het traject?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang:	4.4
Groei:	2.9
Na beëindiging traject:	7.3 (peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik was onzeker en wist mijzelf geen houding te geven.
- Doordat ik inzicht heb gekregen in mijn negatieve overtuigingen, weet ik waarom ik geen zelfvertrouwen had.
- Ik weet nu mijn grenzen en dat geeft zelfvertrouwen.
- Mijn ontslag had een geweldige deuk in mijn zelfvertrouwen en eigenwaarde gegeven. Doordat ik sterk en flink moest zijn, ging ik voorbij aan mijn gevoelens.
- Ik durf meer bij mijn eigen gevoel te blijven en mijn beslissingen te nemen.
- Ik vind het niet meer zo belangrijk wat anderen van mij vinden.
- Ik heb mijn negatieve zelfbeeld achter mij gelaten en voel waardering voor wie ik nu ben. Ik sta voor mijzelf.
- Ik begin weer in mijzelf te geloven.
- Ik weet nu waar mijn onzekerheden vandaan komen, dat helpt te relativieren.
- Mijn gedachte destijds was: Ik ben waardeloos. Dank zij Anna heb ik geleerd mijn eigenwaarde te zien.
- Ik was niemand. Nu groeit het geloof in mijzelf.
- Ik weet dat ik weer op mijzelf kan vertrouwen. Ik kan weer leven i.p.v. overleven. Ik kwam vanuit het nooit goed genoeg zijn. Ik heb nu meer vertrouwen.
- Ik heb geleerd dat ik er niet alleen mag zijn voor mijn kinderen en kleinkinderen, maar dat ik waardevol ben voor mijzelf.
- Ik heb mijn fouten leren accepteren.

1C Mate van innerlijke rust en ontspanning

Het vermogen tot vinden van rust en innerlijke ontspanning gaat over het herstellend vermogen in de mens. Laad je op of loopt je energie weg en put je jezelf uit tot uiteindelijk een burn-out zich aandient? Kun je loslaten en je lichaam en geest ontspannen?

Vraag: Het ervaren van innerlijke rust en ontspanning

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang:	4.0
Groei:	2.9
Na beëindiging traject:	6.9 (peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik had vaak geen fut en lag op de bank. Nu voel ik mij een stuk beter.
- Door er te mogen zijn ervaar ik meer rust en ruimte.
- Er was weinig sprake van innerlijke rust. Ik heb nu veel meer rust.
- Ik was onrustig ondanks mijn antidepressivum. Ik ben rustiger. Ik begin de dag met ontspanningsoefeningen zoals in het traject. Ik adem anders; rustiger.
- Ik pieker niet meer zoveel en heb haast geen nachtmerries meer. Ik voel mij meer ontspannen.
- Ik piekerde veel en kon mij nergens meer op concentreren. Ik kan mij nu ontspannen en mij op zaken richten.
- Ik leg de lat niet meer zo hoog.
- Ik was altijd druk in mijn hoofd. Ik ga nu met meer innerlijke rust door het leven.
- Voor het traject was ik enorm gespannen en had ik veel negatieve gedachtes. Dit is nu een stuk minder geworden.
- Ik hoef niet meer te worstelen. Ik mag zijn wie ik ben.
- Ik ben minder op de vlucht voor mijzelf.

1D Energie en Vitaliteit

Hoe is het gesteld met mijn energie en vitaliteit? Heb ik zin in mijn leven? Zijn er momenten dat ik geniet? Voel ik mij krachtig? Ben ik opgeladen?

Vraag: Mijn Energie en Vitaliteit?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang: 4.4

Groei: 2.6

Na beëindiging traject: 7.0 (peildatum 01-09-2010 Zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik geniet volop en dat geeft mij energie.
- Ik was erg passief. Nu verheug ik mij op een wandeling en vindt het fijn om te bewegen.
- Ik heb nu zin in nieuwe uitdagingen.
- Ik ben actiever en heb weer zin om dingen te ondernemen.
- Ik was vaak snel uitgeput. Daar heb ik nu weinig last van.
- Ik ben opgehouden het anderen maar naar de zin te maken. Ik doe nu de dingen die ik leuk vind en krijg daardoor meer energie.
- Ik heb meer zin om dingen op te pakken.

1E Zelfkennis

Door het volgen van het traject doen mensen ontdekkingen en inzichten over zichzelf op. Wat is de groei in het kennen van zichzelf?

Vraag: Zelfkennis?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang: 4.6

Groei: 2.9

Na beëindiging traject: 7.5 (peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik gebruik de handvaten die ik in dit traject gekregen heb.
- Door er te mogen zijn, erken ik nu ook mijn behoeften.
- Ik merk wel dat ik mijn valkuilen moet bewaken en mijn gevoel moet uitspreken.
- De inzichten van Anna hebben mijn leven verrijkt.
- Ik was mij niet bewust van mijn 'laat maar' en 'ik stel niets voor', die in mij de overhand hadden.
- Ik ga minder in de verdediging. Ik probeer niet meer te denken in fout of goed. Ik durf mijn angst aan te gaan.
- Ik heb het heft weer zelf in handen genomen.
- Ik kan nu zaken in perspectief zien.
- Ik heb veel meer inzicht gekregen in het waarom van mijn gedrag, gevoelens en behoeften.
- Ik was niemand, mijn gevoelens en behoeften kende ik niet. Ik had ze weggestopt en begraven.

1F Opkomen voor jezelf

Tijdens het traject leren deelnemers contact te maken met de eigen gevoelens en behoeften en leren om hun ruimte in te nemen en zichzelf in te zetten.

Vraag: Opkomen voor mijzelf?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang:	4.4
Groei:	2.6
Na beëindiging traject:	7.0 (peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Sinds ik mijn ware gevoelens durf te tonen komen er ook andere dingen op mijn pad.
- Ik voel mij meer gelijkwaardig en mag mijzelf meer laten zien.
- Hier ben ik 100% in veranderd.
- Ik ging met mensen om maar had geen echte verbinding. Ik liet mij niet echt zien. Nu laat ik mij zien. Dit voelt veel beter.
- Ik kom nu terug op uitspraken. Het heeft altijd zin om iets te zeggen.
- Ik durf meer te zeggen wat ik wil, zonder te denken dat ik afgewezen zal worden.
- Ik stel mij openen op in contacten. Ik heb vaker mooie ontmoetingen.
- Ik durf nu ook Nee te zeggen.
- Dit gaat redelijk goed. Het is nog niet helemaal een automatisme maar het uiten van mijn gevoel gaat steeds beter.

2. Resultaten m.b.t. arbeid

Hoewel het verwerven van werk niet het doel van het traject was, gebeurde het regelmatig dat deelnemers mij lieten weten dat zij waren aangenomen na een sollicitatie. Ik zag dit als een gevolg van hun verbeterde functioneren en het toegenomen zelfvertrouwen.

2A Deelname aan arbeid

Had de deelnemer werk, of heeft hij/zij werk gevonden?

- 47 deelnemers bij aanvang van het traject
- 18 deelnemers hadden werk = 38 % met werk
- Bij de peildatum 1-09-2010: 33 Deelnemers met werk en twee deelnemers met een voltijd studie = 75%

2B Kansrijk solliciteren

Heeft de deelnemer het gevoel gehad dat hij door deel te nemen aan het traject, kansrijker was tijdens het solliciteren?

Vraag: Kansrijk solliciteren?

De gemiddelde score van alle deelnemers op de schaal 1:10

Bij aanvang:	4.5	
Groei:	1.7	
Na beëindiging traject:	6.2	(peildatum 01-09-2010 zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik heb meer zelfvertrouwen en denk niet meer dat ik het niet kan.
- Ik vraag mij nu af of dit wel de juiste werkplek is voor mij?
- Het is me gelukt, de Eerste keer!
- Ik hoop na mijn studie op een baan in het onderwijs.
- Dank zij het geleerde kan ik weer een sollicitatiegesprek voeren.
- Doordat ik meer zelfvertrouwen heb durf ik mij beter te presenteren in een sollicitatiegesprek.
- De moeite ging niet om aangenomen te worden, maar ik zei Ja op banen die ik eigenlijk niet wilde. Dit gebeurt mij niet meer.

3. Beoordeling van het Cocontraject

Voor mij was het belangrijk om van de deelnemers een beoordeling te krijgen:

A: Tevredenheid over het bereikte resultaat van het traject

B: Tevredenheid over de geboden begeleiding

3A Is de deelnemer tevreden over het bereikte resultaat?

Gemiddelde beoordeling deelnemers: 8.3 (zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik had niet durven dromen dat het weer zo goed met mij zou gaan.
- Een bijzonder traject door een bijzondere vrouw. Het heeft veel impact op mijn zelfacceptatie en daarmee de omgang met anderen gehad.
- Ik denk nog vaak terug aan de driedaagse dat ik mijzelf terug gevonden heb.
- Het is een juiste stap geweest dit te gaan doen.
- Het heeft mijn leven verrijkt. Ik zou iedereen die vastloopt een traject bij Anna gunnen.
- Mijn hele leven is veranderd. Ik mag er nu zijn.
- Ik weet nu wat ik wil en heb een doel.
- Ik ben bewust geworden wie ik ben en heb meer zelfvertrouwen.
- Ik heb mijn eigen kwaliteiten weer teruggevonden en ontdekt welke negatieve overtuigingen mij klein hielden. Ik ben opgehouden om mij altijd aan anderen aan te passen. Ik ben een tevreden mens.
- Het Cocontraject heeft weer positiviteit in mijn leven gebracht.

3B Tevredenheid over de kwaliteit van de geboden begeleiding

Hoe beoordeelt de deelnemer de kwaliteit van begeleiding?

Gemiddelde beoordeling deelnemers: 8.9 (zie bijlage 2)

Toelichting van deelnemers:

- Ik heb mij heel veilig gevoeld en heb veel vertrouwen gehad in haar manier van begeleiden.
- Dank voor je prettige begeleiding. Er zijn een aantal dingen in mijn leven verandert, meer rust en overtrouwen en oh ja ik ben gaan schilderen!
- Ik ben echt gezien.
- Ik zie de begeleiding van Anna als iets kostbaars. Anna heeft mij gehoord, gezien en gekend. Zij had oor voor mijn pijn.
- Anna is er echt voor je, oprecht en eerlijk. Dit zijn voor mij hele belangrijke kwaliteiten.
- Anna leerde mij naar mijzelf te gaan durven kijken en voelen.
- Een Coach met grote passie voor mensen die snel tot de kern komt. Ik voelde mij in vertrouwde handen.
- De gesprekken met Anna brachten mij naar mijn diepste gevoelens. Ik keek iedere keer weer uit naar het volgende gesprek.

Conclusie

Het resultaatonderzoek; de scoringslijsten en de toelichting van deelnemers hebben mij bevestigd in mijn gevoel dat het traject zeer effectief is geweest voor de groei in levenskwaliteit.

De levenskwaliteit van de deelnemers op de onderdelen: Levenstevredenheid, Zelfvertrouwen, Innerlijke rust, Vitaliteit Zelfkennis en Opkomen voor jezelf is in zes maanden tijd gemiddeld met 28% toegenomen.

Van onvoldoende 4.4 bij aanvang naar een ruime voldoende 7.2 bij beëindiging: een groei van 2.8.

Spin-off m.b.t. werk

Zonder dat het verwerven van werk een expliciet doel van het traject was, heeft de toegenomen levenskwaliteit positieve gevolgen gehad op het verwerven van werk.

Van de 47 deelnemers hadden er 18 personen werk bij aanvang van het traject = 38%.

Na het beëindigen van het traject hadden 33 personen werk gevonden en 2 personen een studie opgepakt = 75%.

Dit is een spin-off van 37%. (lees hiervoor ook de referenties van de werkcoaches UWV)

De vragen m.b.t. tot de beoordeling van het resultaat 8.3 (Goed) en de kwaliteit van de geboden begeleiding 8.9 (Zeer goed) waren voor mij een onderstreping voor de tevredenheid van de deelnemers.

Referenties

In mijn contacten met het UWV kreeg ik doorverwijzingen van werkcoaches die elkaar tipten over mijn aanbod. Bij het beëindigen van het 'Opstap-je' heb ik een aantal van hen gevraagd een referentie te schrijven over hun bevindingen met het Cocon traject.

Referentie Diny Kers UWV Zwolle

Als re-integratiecoach WW begeleid ik mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Ik maak een inschatting of iemand zelf in staat is een passende baan te zoeken of dat inzet van een re-integratietraject of andere middelen noodzakelijk is. Vaak zitten mensen na ontslag of twee jaar arbeidsongeschiktheid in een complexe situatie, waardoor directe bemiddeling naar een baan niet mogelijk is. Ik ben van mening dat eerst de (persoonlijke) problemen opgelost moeten worden voordat iemand in staat is succesvol te solliciteren.

Via via ben ik in contact gekomen met Anna de Wit. Zij heeft een aantal van mijn klanten begeleid in de vorm van een coachingstraject en een meerdaagse retraite. Mensen die bijvoorbeeld een burn-out hebben gehad, die heel onzeker zijn of steeds vastliepen in het werk, heb ik doorverwezen naar Anna de Wit. De klanten die het traject bij Anna hebben gevolgd zag ik in een paar maanden veranderen in mensen die zelfvertrouwen uitstralen en weer goed in hun vel zitten.

Heel bijzonder wat een traject bij Anna de Wit in korte tijd bij iemand kan veranderen. Je voelt je door haar gezien als persoon en ze geeft je het gevoel dat je helemaal goed ben zoals je bent. Het geeft de klanten vooral heel veel zelfinzicht. Ze krijgen inzicht waar bepaald gedrag en (minderwaardigheid) gevoelens vandaan komen, hoe ze het kunnen veranderen of er anders mee om kunnen gaan.

Mijn ervaring is dat in bijna alle gevallen de klanten na een coachingstraject bij Anna de Wit zelf op korte termijn een baan hebben gevonden.

Diny Kers, werkcoach UWV Zwolle
diny.kers@uwv.nl

Referentie Maureen Westenek UWV Zwolle

Het traject van De Cocon is een traject waarin niet het zoeken naar werk centraal staat, maar de mens als persoon. Ik zette deze trajecten regelmatig in als ik het idee had dat mijn klanten niet goed in hun kracht zaten. Ze misten een vorm van daadkracht, doelgerichtheid, energie, zowel op gebied van solliciteren, als ook vaak op andere leefgebieden.

Anna kan als geen ander in één gesprek de vinger op de zere plek leggen. Vervolgens gaat de klant daarmee aan de slag. Alle klanten die ik naar haar heb verwezen waren unaniem dankbaar voor het traject dat zij daar mochten volgen. Het heeft een diepe indruk in hun leven achtergelaten.

Ik heb mensen echt zien veranderen. Veelal van leeg, doelloos, moe naar vol, grip op hun leven en meer energie. Mijn inziens een belangrijke voorwaarde om weer stappen te kunnen zetten in het leven, waarvan de stap richting nieuw werk er één van is. En in veel gevallen werd die stap naar werk ook daadwerkelijk gezet.

Als ik terugkijk op alle trajecten die ik in mijn werk als werkcoach heb ingezet, behoren de trajecten bij de Cocon tot één van de effectiefste trajecten om mensen weer aan het werk te krijgen, ondanks (of misschien wel dankzij) het feit dat niet werk maar de persoon zelf centraal staat.

Maureen Westenek, werkcoach UWV Zwolle
maureen.westenek@uwv.nl

Referentie Arnold de Zwaan UWV Zwolle

Een aantal jaar geleden heb ik kennis gemaakt met Anna de Wit en haar behandelwijzen. Als re-integratiecoach van het UWV heb ik de taak om klanten met een WW uitkering, die een grote afstand hebben tot de arbeidsmarkt, zo ver te begeleiden dat zij weer bemiddelbaar zijn. Herhaaldelijk word ik met klanten geconfronteerd die een zodanige afstand hebben tot de arbeidsmarkt, dat het zoeken van een baan op dat moment een onmogelijkheid is.

Dit soort klanten ben ik bij wijze van experiment naar Anna gaan doorverwijzen. Het ging om klanten waar ikzelf niets mee kon beginnen en waar andere professionele hulpverleners geen resultaat hadden kunnen behalen. Het waren vaak klanten die niet alleen zakelijk maar ook in het privé leven volledig vastgelopen waren.

Ik denk dat er door mij in de loop der tijd een vijftientig klanten aan Anna zijn doorgeleid en in nagenoeg alle gevallen met een verbazingwekkend positief resultaat.

De klanten die het traject hadden doorlopen keken op een volstrekt andere wijze naar zichzelf en hun plek in het leven. Het verhoogde zelfvertrouwen en de nieuwe kijk op het leven veroorzaakte dat de meesten op korte termijn een baan vonden.

In mijn gesprekken heb ik geprobeerd een vinger achter de methodiek van Anna te krijgen, dit is mij nooit gelukt. Wel heb ik de conclusie getrokken dat zij terug gaat naar de basis van mensen, wat wil je echt.

De budgettaire positie van het UWV op dit moment, maakt dat ik niet langer van haar dienstverlening gebruik kan maken. Jammer voor mijn klanten en het kostenplaatje van het UWV, want ik ontmoet wekelijks klanten waarvoor de inschakeling van Anna de Wit en haar therapie zeer heilzaam zou kunnen zijn.

Arnold de Zwaan, werkcoach UWV Zwolle
arnold.dezwaan@uwvzwolle.nl

Bijlage: Onderzoek formulier

Naam:

Datum:

In welke periode heb jij het Cocontract gedaan?

Van tot

1. Resultaten van de levenskwaliteit

1A Levenstevredenheid

Vóór mijn deelname aan het Cocontract beoordeelde ik mijn levenstevredenheid op:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nu beoordeel ik mijn levenstevredenheid op:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

1B Zelfvertrouwen en eigenwaarde

Vóór het Cocontract beoordeelde ik mijn zelfvertrouwen en eigenwaarde op:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nu beoordeel mijn zelfvertrouwen en eigenwaarde op:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

1C Mate van innerlijke rust en ontspanning

Het ervaren van innerlijke rust en ontspanning.

Vóór het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Het ervaren van innerlijke rust en ontspanning in mijn leven nu:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

1D. Mijn energie en vitaliteit

Vóór het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

In mijn leven nu:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

1 E. Zelfkennis

De mate van inzicht in mijn gedrag patronen, gevoelens en behoeften.

Vóór het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

In mijn leven nu:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

1F Opkomen voor mijzelf

De mate waarin ik mijzelf laat kennen in contact met anderen m.b.t. mijn gevoelens en behoeften.

Vóór het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

In mijn leven nu:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

2. De resultaten m.b.t. Arbeid

2A Deelname aan arbeid

Ik had bij aanvang van het Cocontract:

0 Werk

0 Geen werk

0 Ik ben weer aan het werk. Per ingang van:

Toelichting:

0 Ik ben nog werkzoekende.

Toelichting:

2B Kansrijk solliciteren

Verwerven van werk.

De kans dat ik zou worden aangenomen op een baan:

Vóór het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Na het Cocontract:

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

3. Beoordeling van het Cocontract

3A Tevredenheid over het bereikte resultaat van het Cocontract

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

3B Tevredenheid over de kwaliteit van de geboden begeleiding

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Toelichting:

DEELNEMERS 2008																						VERZAMELSTAAT								
9		Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			SCORE PER DEELNEMER						Beoordeling:	
		AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Aanvang		Groei		Resultaat		Zelf:	Cocon:
																							Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt		
707	1	5	4	9	5	2	7	5	3	8	4	4	8	6	1	7	4	3	7	5	3	8	34	4,9	20	2,8	54	7,7	8	9
802	2	3	6	9	2	6	8	0	7	7	2	6	8	3	6	9	0	8	8	3	5	8	13	1,9	44	6,3	57	8,4	10	10
804	3	6	1	7	6	2	8	6	2	8	6	0	6	5	3	8	6	1	7	5	2	7	40	5,7	11	1,6	51	7,3	8	9
805	4	3	3	6	8	0	8	3	4	7	3	1	4	8	0	8	8	-4	4	7	0	7	37	5,3	7	1	44	6,3	8	10
807	6	3	5	8	3	5	8	3	4	7	3	5	8	5	3	8	3	5	8	5	3	8	25	3,6	30	4,3	55	7,9	9	9
808	5	8	1	9	7	2	9	6	2	8	9	0	9	7	1	8	5	3	8	6	-1	5	48	6,9	8	1,1	56	8	9	9
808	8	4	4	8	4	5	9	5	4	9	6	2	8	5	3	8	3	4	7	NVT	x	x	27	4,5	22	3,1	49	8,1	8	9
809	7	5	3	8	5	3	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	4	5	9	4	3	7	27	3,9	29	4,1	56	8	10	10
810	9	3	4	7	4	4	8	3	4	7	3	4	7	5	4	9	4	3	7	4	4	8	24	3,4	24	3,4	53	7,6	8	9
Gemiddeld		4,4	3,4	7,8	4,8	3,2	8,1	3,7	3,8	7,6	4,3	3	7,3	5,2	2,9	8,1	4,1	3,1	7,1	4,3	2,1	6,4	30,8	4,4	22	3,1	52,8	7,5	8,6	9,3

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
 9 Deelnemers 2008
 5 Deelnemers hadden werk bij aanvang

Peildatum: 1-09-2010
 8 Deelnemers met werk

DEELNEMERS 2009 / 1																				VERZAMELSTAAT										
12																				Aanvang				Groei		Resultaat				
		Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			SCORE PER DEELNEMER				Beoordeling:			
		AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Zelf:	Cocon:
901	10	4	2	6	3	3	6	3	4	7	4	2	6	3	4	7	4	3	7	3	2	5	24	3,4	22	3,1	46	6,8	7	8
902	13	5	1	6	5	2	7	5	1	6	5	0	5	5	2	7	5	1	6	5	2	7	35	5	9	1,3	44	6,3	8	9
903	11	6	2	8	6	2	8	6	2	8	7	1	8	6	2	8	6	2	8	5	3	8	42	6	14	2	56	8	10	10
904	12	5	2	7	1	7	8	7	0	7	5	3	8	5	3	8	7	0	7	NVT	x	x	30	4,3	15	2,1	45	7,5	10	10
905	14	6	3	9	6	2	8	5	3	8	5	3	8	6	2	8	6	2	8	7	1	8	41	5,9	16	2,3	57	8,1	9	8
907	15	2	4	6	2	4	6	1	4	5	3	4	7	2	5	7	2	3	5	1	4	5	13	1,9	28	4	41	5,9	10	8
907	16	3	4	7	4	3	7	2	4	6	2	5	7	2	6	8	2	5	7	2	6	8	17	2,4	35	5	52	7,4	8	8
907	17	8	0	8	5	3	8	5	2	7	6	1	7	6	2	8	7	2	9	8	-2	6	45	6,4	8	1,1	53	7,6	8	8
908	18	4	0	4	4	0	4	4	0	4	4	0	4	7	1	8	3	1	4	7	0	7	31	4,4	4	0,6	35	5	6	8
908	19	5	2	7	6	1	7	5	1	6	8	0	8	5	3	8	5	2	7	6	1	7	34	4,9	18	2,6	52	7,4	8	10
908	20	4	2	6	4	2	6	5	1	6	4	2	6	4	4	8	4	3	7	4	2	6	29	4,1	16	2,3	45	6,4	9	9
908	21	5	2	7	8	-2	6	5	2	7	7	0	7	3	5	8	4	2	6	8	0	8	40	5,7	9	1,3	49	7	8	10
Gemiddeld		4,8	2	6,8	4,5	2,3	6,8	4,4	2	6,4	5	1,8	6,8	4,5	3,3	7,8	4,6	2,2	6,8	4,7	1,6	6,3	31,8	4,5	16.1	2,3	47,9	6.9	8,4	8,8

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
 12 Deelnemers 1e helft 2009
 6 Deelnemers hadden werk bij aanvang
 Peildatum: 1-09-2010
 8 Deelnemers met werk.
 2 Deelnemers begonnen met een voltijd studie

DEELNEMERS 2009 / 2																					VERZAMELSTAAT									
10		Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			SCORE PER DEELNEMER				Beoordeling: Zelf: Cocon:			
		AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Aanvang		Groei		Resultaat			
		Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt			
910	22	5	2	7	5	2	8	5	2	7	5	2	7	5	2	7	5	2	8	5	2	7	34	4,9	17	2,4	51	7,3	9	9
910	23	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	7	4	5	7	3	5	6	29	4,1	23	3,3	52	7,4	9	9
911	24	6	2	8	3	2	8	3	2	8	3	2	8	3	2	9	6	2	8	3	2	10	37	5,3	22	3,1	59	8,4	9	9
911	25	3	4	7	4	4	7	4	4	6	4	4	7	4	4	7	4	4	7	4	4	7	24	3,4	24	3,4	48	6,9	8	8
911	26	6	4	10	7	4	9	7	4	9	7	4	9	7	4	8	6	4	8	7	4	7	40	5,7	20	2,9	60	8,6	10	10
911	27	6	1	7	6	1	7	6	1	7	6	1	7	6	1	6	5	1	7	6	1	6	40	5,7	7	1	47	6,7	7	7
911	28	3	6	9	7	6	9	7	6	7	7	6	6	7	6	8	3	6	8	7	6	8	22	3,1	33	4,7	55	7,9	9	9
912	29	5	2	7	7	2	8	7	2	8	7	2	7	7	2	8	5	2	7	7	2	5	35	5	15	2,1	50	7,1	8	8
912	30	7	2	9	7	2	8	7	2	7	7	2	7	7	2	8	5	2	7	7	2	8	40	5,7	14	2	54	7,7	9	9
912	31	5	3	8	7	3	8	7	3	7	7	3	8	7	3	9	6	3	8	7	3	9	39	5,6	18	2,6	57	8,1	8	9
Gemiddeld		4,9	3,1	8	5,6	3,1	8	5,6	3,1	7,4	5,6	3,1	7,4	5,6	3,1	7,7	4,9	3,1	7,5	5,6	3,1	7,3	34	4,8	19,3	2,8	53,3	7,6	8,6	9,3

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
 10 Deelnemers 2e helft 2009
 3 Deelnemers met werk bij aanvang
 Peildatum: 1-09-2010
 6 Deelnemers met werk.

DEELNEMERS 2010 /1																							VERZAMELSTAAT				Beoordeling:			
8	Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			SCORE PER DEELNEMER				Zelf:	Cocon:			
	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Aanvang		Groei		Resultaat				
	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt		
1001	32	7	0	7	7	0	7	4	3	7	4	2	6	6	1	7	4	3	7	5	0	5	37	5,3	9	1,3	46	6,6	6	8
1003	33	5	3	8	4	4	8	5	2	7	6	1	7	4	2	6	7	1	8	6	1	7	37	5,3	14	2	51	7,3	7	9
1003	34	5	2	7	4	2	6	2	2	6	5	2	7	5	2	7	5	2	7	5	2	7	31	4,4	15	2,1	46	6,6	6	8
1003	35	1	7	8	1	8	9	4	7	9	2	5	7	4	5	9	2	5	7	2	6	8	16	2,3	42	6	58	8,3	9	10
1004	36	6	2	8	6	2	8	5	3	8	4	4	8	5	3	8	5	3	8	NVT	x	x	31	4,4	17	2,4	48	6,9	9	9
1005	37	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	2	0	2	32	4,6	6	0,9	38	5,4	7	8
1005	38	6	2	8	5	3	8	3	4	7	5	3	8	6	2	8	3	4	7	NVT	x	x	28	4	18	2,6	46	7,7	8	8
1006	39	4	3	7	4	3	7	3	4	7	4	4	8	6	1	7	4	2	6	4	3	7	29	4,1	20	2,9	49	7	8	9
Gemiddeld		4,9	2,5	7,4	4,5	2,9	7,4	3,9	3,2	7,1	4,4	2,8	7,1	5,1	2,1	7,3	4,4	2,6	7	3	1,5	4,5	30,1	4,4	17,7	2,4	47,8	6,8	8,6	9,3

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
8 Deelnemers 1e helft 2010
2 Deelnemers met werk bij aanvang

Peildatum: 1-09-2010
6 Deelnemers met werk

DEELNEMERS 2010 / 2																					VERZAMELSTAAT										
8	Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			SCORE PER DEELNEMER						Beoordeling:			
	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Aanvang		Groei		Resultaat		Zelf:
																							Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt			
1006	40	3	4	7	2	4	6	4	2	6	3	5	8	5	3	8	5	2	7	7	0	7	29	4,1	20	2,9	49	7	9	9	
1006	41	6	1	7	6	1	7	6	0	6	5	0	5	5	3	8	5	2	7	6	1	7	39	5,6	8	1,1	47	6,7	8	9	
1006	42	4	3	7	4	2	6	4	2	6	5	2	7	5	2	7	5	1	6	5	2	7	32	4,6	14	2	46	6,6	8	8	
1006	43	2	5	7	0	8	8	2	5	7	2	4	6	0	8	8	4	4	8	4	3	7	14	2	35	5	49	7	8	8	
1007	44	3	5	8	2	5	7	3	5	8	3	5	8	2	5	7	2	6	8	4	4	8	19	2,7	35	5	54	7,7	9	9	
1007	45	5	2	7	4	4	8	6	1	7	5	3	8	4	3	7	4	3	7	7	0	7	45	6,4	6	0,9	51	7,3	8	9	
1007	46	3	4	7	4	3	7	2	4	6	5	1	6	3	5	8	4	3	7	5	2	7	26	3,7	22	3,1	48	6,9	7	9	
1007	47	3	3	6	3	3	6	3	3	6	4	3	7	3	4	7	4	3	7	3	1	4	23	3,3	20	2,9	43	6,1	8	9	
Gemiddeld		3,6	3,4	7	3,1	3,8	6,9	3,8	2,8	6,5	4	2,9	6,9	3,4	4,5	7,5	4,1	3	7,1	5,1	1,8	6,8	28.4	4.1	20	2,9	48.4	6.9	8,6	9,3	

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
8 Deelnemers 2e helft 2010
1 Deelnemer met werk
Peildatum: 1-09-2010
5 Deelnemers met werk.

VERZAMELSTAAT DEELNEMERS COCONTRAJECT 2008 - 2009 -2010

47	Levens - tevredenheid			Zelfvertrouw. Eigenwaarde			Innerl.rust Ontspanning			Energie Vitaliteit			Zelfkennis			Opkomen voor jezelf			Kansrijk solliciteren			VERZAMELSTAAT SCORE PER DEELNEMER						Beoordeling: Zelf: Cocon:	
	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	AA	GR	RE	Aanvang		Groei		Resultaat		Zelf:	Cocon:
	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt	Tot.	Punt					
Gemiddeld	4,5	2,8	7,3	4,4	2,9	7,3	4	2,9	6,9	4,4	2,6	7	4,6	2,9	7,5	4,4	2,6	7	4,5	1,7	6,2	31.3	4,5	18.7	2.7	50	7.2	8,3	8,9

Scoring op 10 puntschaal

AA =	GR =	RE =
AANVANG	GROEI	RESULTAAT

Spin-off: Bijkomstig resultaat mbt.arbeidsdeelname
 47 deelnemers
 18 Deelnemers met werk bij aanvang. 38 %
 Peildatum: 01-09-2010
 33 Deelnemers met werk. 70%
 2 Deelnemers begonnen met een voltijd studie



Praktijk de Cocon

Anna de Wit - Wolters
Goudenregen 34
8141 XA Heino

t. 0572 - 36 41 36
e. decocon@planet.nl
i. www.decocon.info