



Handleiding

PMA Intake- & Groeiformulieren

De toepassing van: Het PMA Intake Level Formulier en het Persoonlijk Groeidocument

In persoonlijke 1-op-1 PMA coaching, gebruiken we het "PMA Intake Level Formulier" en het "Persoonlijke Groei Formulier." Beide formulieren bevatten uitspraken over verschillende belangrijke levensgebieden.

Wat is het verschil tussen deze twee formulieren?

Het PMA Intake Level Formulier wordt slechts één keer ingevuld, kort voor de start van de eerste sessie, terwijl het Persoonlijke Groeidocument meerdere keren daarna ingevuld moet worden.

Inhoud

1. Wat is het PMA Intake Level Formulier?	2
2. Wat is het Persoonlijk Groeidocument?	2
3. Hoe de Formulieren te gebruiken	3
4. Gebruik in PMA coaching sessies	5
5. Wat te doen met bestaande coaching cliënten?	6
6. Voortgezet contact na een sessie	7
7. Geautomatiseerde levering	8
8. De cliënt ontvangt geen kopie	8
9. Admin systeem	9
10. Voorbeelden van e-mails aan je cliënten	11



1. Wat is het PMA Intake Level Formulier?

Dit formulier moet door je cliënt eenmalig ingevuld worden, voordat de eerste sessie begint. Het geeft een beeld van de situatie van je cliënt in de verschillende levensgebieden voordat hij/zij start met PMA. Mensen hebben vaak de neiging te vergeten hoe slecht ze zich voelden zodra hun symptomen zijn verdwenen. Op zo'n moment kun je dit formulier ook gebruiken om hen te herinneren aan hun situatie bij aanvang. Het PMA Intake Level Formulier is toegankelijk via de volgende link:

<http://feedback.pmainstitute.com/intake>

Je zult elke cliënt een e-mail sturen waarin je hen verzoekt het Intake Level Formulier zo eerlijk en objectief mogelijk online in te vullen, gebaseerd op hun eigen gevoelens en waarnemingen. In je e-mail aan hen voeg je de link toe naar de website waar ze het formulier kunnen invullen, samen met een unieke code die jij hebt toegewezen. (Onderaan dit document vind je een suggestie voor de tekst van de e-mail die je naar hen zou kunnen sturen en hoe je de cliëntcode aanmaakt.)

2. Wat is het Persoonlijk Groeidocument?

Dit is het vervolg op het eerste formulier. Het Persoonlijk Groeidocument helpt jouw cliënten bij het aangeven van de mate van hun persoonlijke ontwikkeling in elk van de levensgebieden op elk gegeven moment en kan meerdere keren worden ingevuld. Hierdoor kun je steeds zien waar de grootste blokkades voor je cliënten liggen.

Het Persoonlijk Groeidocument is niet te vinden in het menu van onze website, maar is toegankelijk via de volgende link:

<http://feedback.pmainstitute.com/groei>



3. Hoe de Formulieren te Gebruiken

Nadat een cliënt een eerste afspraak met je heeft ingepland, stuur je hen een e-mail waarin je hen vraagt het Intake Level Formulier online in te vullen, gebaseerd op hun eigen gevoelens en waarnemingen. In je e-mail voeg je de link toe naar de website waar ze het formulier kunnen invullen, samen met een unieke code die je aan hen hebt toegewezen. (In dit document vind je een voorgestelde tekst voor de e-mail die je naar hen kunt sturen, samen met instructies over hoe je deze cliënt code kunt genereren.)

Het ingevulde Intake Level Formulier geeft je meteen een duidelijk beeld van de problemen van je cliënt. Je begrijpt al waar de zorgen liggen en waar de grootste mogelijkheden voor groei zijn.

Nadat je het Intake Level Formulier eenmaal hebt verzonden, een dag na hun eerste persoonlijke sessie, wordt aan de cliënt gevraagd het online Persoonlijk Groeidocument in te vullen. Ze gebruiken dezelfde unieke code die je hun hebt gegeven voor het invullen van het PMA Intake Level Formulier. (Website link voor het persoonlijk groeidocument: <http://feedback.pmainstitute.com/groei>)

Na een periode van zes weken, als hun coach, vraag je hen het Persoonlijk Groeidocument nogmaals zorgvuldig in te vullen.

Opmerking: Het aantal keren dat je hen vraagt om het Persoonlijk Groeidocument in te vullen, *nadat ze één Intake Level Formulier en twee Persoonlijk Groeidocumenten hebben ingevuld*, kan voor elke cliënt verschillen en is overgelaten aan jouw persoonlijke beoordeling.



Geen van beiden, het Intake Level Formulier, of het Persoonlijk Groeidocument vereisen dat cliënten hun naam of adres invullen. Ze hoeven alleen hun toegewezen code en jouw naam als hun PMA-coach in te vullen. Aangezien jij hen deze code hebt gegeven, ben jij de enige die weet wie ze zijn. Zodra het formulier volledig is ingevuld door de cliënt, ontvang je automatisch een kopie via email, wat je in staat stelt om ermee te werken tijdens hun sessie.

In dit document laten we je zien hoe je deze cliënt codes kunt genereren en bieden we je suggesties voor de teksten van de e-mails die je naar hen kunt sturen, om zo je tijd en inspanning te minimaliseren.



4. Gebruik in PMA Coaching Sessies.

Stap 1:

Voorafgaand aan hun eerste sessie, stuur je je cliënt een e-mail met twee belangrijke stukken informatie:

1. De website link naar het Intake Level Formulier.
2. Hun persoonlijke codenummer om toegang te krijgen tot en het Intake Level Formulier in te vullen.

De ingevulde formulieren worden verwerkt door een computersysteem, en de gegevens worden automatisch naar je gemaild.

Als de cliënt toevallig geen toegang heeft tot een computer of het internet, kunnen ze het formulier invullen in jouw praktijk op jouw computer. In dit geval heb je hun gegevens direct beschikbaar voor de start van een sessie.

Door gebruik te maken van de gegevens uit het Intake Level Formulier (en vervolgens hun Persoonlijk Groeidocument), kun je hun individuele problemen en wensen direct en gericht aanpakken. De scores die ze zichzelf toekennen bij elke stelling in het ingevulde formulier, leveren je gedetailleerde informatie op over de uitdagingen waar ze momenteel voor staan.

Door de sessies op deze manier te benaderen, wordt het gestelde doel voor de cliënt tastbaarder, en zijn de effecten en de voortgang van hun ontwikkeling beter vastgelegd. Bovendien maakt deze aanpak het mogelijk om een meer regelmatige en sterkere band met je cliënten op te bouwen. Daarnaast is de cliënt minder snel geneigd om de impact van PMA te vergeten, aangezien hun vooruitgang nu wordt gekwantificeerd met scores voor elk onderwerp.



Belangrijk!

Stap 2:

De dag na hun eerste persoonlijke sessie wordt aan de cliënt gevraagd om het online Persoonlijk Groeidocument in te vullen, gebruikmakend van dezelfde unieke code die je hen hebt verschaft voor het invullen van het PMA Intake Level Formulier. (Website link voor het persoonlijk groeidocument: <http://feedback.pmainstitute.com/groei>)

Na een tijdsbestek van zes weken, doe je als hun coach een vervolgvraag aan hen om het Persoonlijk Groeidocument nogmaals zorgvuldig in te vullen.

Opmerking: Het aantal keren dat je hen vraagt om het Persoonlijk Groeidocument in te vullen, *nadat ze één Intake Level Formulier en twee Persoonlijk Groeidocumenten hebben ingevuld*, kan voor elke cliënt verschillen en is overgelaten aan jouw persoonlijke beoordeling.

5. Wat te doen met Bestaande Coaching Cliënten?

Voor cliënten met wie je al geruime tijd regelmatig coaching sessies houdt, gebruik je niet langer het Intake Level Formulier, maar het Persoonlijk Groeidocument. Het wordt op precies dezelfde manier gebruikt met deze cliënten. Het zal een frisse motivatie bieden voor langdurige sessies. (In dit document staat een suggestie voor de tekst van de e-mail die je naar hen zou kunnen sturen.)



6. Voortgezet Contact na een Sessie

Het eerder ingevulde Persoonlijk Groeidocument biedt een uitstekende kans om contact te onderhouden met je cliënten door af en toe na te gaan hoe het met ze gaat. Je kunt specifieke vragen stellen over gebieden waarop ze zichzelf lage scores hebben gegeven, met het doel om hun groei verder te bevorderen. Door op deze manier gebruik te maken van het Persoonlijk Groeidocument, is de kans groter dat ze de stap zetten om een vervolgspraak in te plannen.

Het Persoonlijk Groeidocument kan ook ingezet worden voor cliënten die nog nooit zo'n formulier hebben ingevuld. Je kunt ze vooraf telefonisch benaderen en vragen of ze een e-mail van jou willen ontvangen met een code en het verzoek om het online Persoonlijk Groeidocument in te vullen. Dit is vooral relevant voor cliënten met wie je al een langere tijd geen contact hebt gehad. Tijdens dit contact krijg je de kans om te informeren naar hun welzijn en vooruitgang.

Cliënten waarderen dit soort contact niet alleen als persoonlijke aandacht, maar het dient ook als een herinnering dat er een effectieve manier is om vooruitgang te boeken. Dit is van toepassing op zowel gebieden die al verbeterd zijn als op gebieden die laag scoorden op hun lijst. Met deze aanpak help je hen de weerstand, veroorzaakt door hun vriendmechanisme, te overwinnen, en zijn ze meer geneigd om een één-op-één sessie in te plannen.

Hoewel deze methode effectief is in het zeker stellen van sessies, wordt het niet primair aangeboden om meer werk te creëren. Het doel is om hen de optimale ondersteuning te bieden die ze nodig hebben.



7. Geautomatiseerde levering

Zodra je cliënten de lijsten hebben ingevuld, worden deze automatisch verwerkt en naar je toe gestuurd. Dit houdt in dat, zelfs als je cliënt de online lijst in jouw praktijk invult, je er meteen mee aan de slag kunt gaan, aangezien je de ingevulde lijst via het computersysteem dat deze verwerkt ontvangt.

8. De cliënt ontvangt geen kopie

De cliënt ontvangt geen kopie van de ingevulde lijst via e-mail. We willen de objectiviteit van de cliënt behouden wanneer zij het Persoonlijk Groeidocument meerdere keren invullen. Het is de bedoeling dat de cliënt het formulier elke keer spontaan invult wanneer je het toestuurt, zonder terug te grijpen naar eerder ingevulde lijsten. Jij, als de PMA-coach, ontvangt automatisch de ingevulde lijsten.



9. Admin Systeem

Suggestie voor het aanmaken van de code voor je cliënt, de codelijst in Excel, en je persoonlijke administratiesysteem.

Om de privacy en anonimiteit van de cliënt te waarborgen, dien je de code zelf aan te maken. Het PMA Instituut zal niet weten wie er achter de code schuilt. Echter, het is belangrijk om het voorkomen van dubbele codes voor verschillende cliënten te voorkomen. Om dit aan te pakken, stellen we voor om de codes aan te maken volgens de volgende methode:

- Jouw initialen (2)
- De initialen van de cliënt (2)
- Drie willekeurige cijfers (3)

Voorbeeld:

- PMA Coach: John Bakker
- Cliënt: Anna Blijmans
- Code: JBAB598

Je verstrekt deze code aan de cliënt voor gebruik op het PMA Intake Level Formulier en het Persoonlijk Groeidocument. Noteer de code op hun cliëntendossier. Maak daarnaast een volledige lijst van alle codes + namen voor je eigen referentie, zodat het makkelijk is om deze terug te vinden. We raden aan om zorgvuldig te zijn in dit proces, aangezien we later de code van de cliënt en de bijbehorende naam niet kunnen verifiëren.

Om dit zo gemakkelijk mogelijk voor je te maken, is er een voorbeeld van zo'n lijst in Excel (genaamd: Groeiformulier - Code Lijst) beschikbaar op de downloadpagina voor coaches op onze website. In deze lijst kun je de naam van de cliënt, de aan hen toegewezen code, en de datums waarop je het Intake Level Formulier en de daaropvolgende Persoonlijk Groeidocumenten hebt verzonden of zult verzenden, opnemen.



SUGGESTIES!

Aan het einde van dit document vind je enkele voorbeelden van e-mails die je naar je cliënten kunt sturen. Wanneer je de links naar beide formulieren verstrekt om in te vullen.

Voor het Intake Level Formulier:

<http://feedback.pmainstitute.com/intake>

Voor het Persoonlijk Groeidocument:

<http://feedback.pmainstitute.com/groei>

BELANGRIJK!

Wanneer een cliënt van een andere PMA Coach naar jou overgaat, worden ze als nieuw beschouwd voor jou. Als zodanig zal je een nieuwe code toewijzen aan die cliënt. Ze beginnen met het invullen van een Intake Level Formulier, gevolgd door de Persoonlijk Groeidocumenten.



10. Voorbeelden van E-Mails aan je Cliënten

We bieden verschillende voorbeelden van e-mailteksten die je naar verschillende doelgroepen kunt sturen. Natuurlijk ben je vrij om deze aan te passen of je eigen e-mails te creëren. Deze voorbeelden zijn uitsluitend bedoeld om het jou zo gemakkelijk mogelijk te maken.

Besteed ook specifieke aandacht aan de groep die beschreven staat in e-mail 4: PMA-cliënten die al een tijdje geen sessie hebben gehad. Uit ervaring is gebleken dat minstens 50% van hen graag een nieuwe sessie wil, maar ze hebben net dat beetje extra aandacht nodig om de weerstand te overwinnen die wordt veroorzaakt door hun vriend-mechanisme. Neem een kijkje in je bestanden voor de contactinformatie van cliënten die je al een tijdje niet hebt gezien.

Suggesties voor e-mailteksten van jou aan je cliënten.

1. Voorafgaand aan hun eerste sessie (betreft het Intake Level Formulier)
2. Een dag na hun eerste PMA-sessie (betreft het Persoonlijk Groeidocument - een dag na hun sessie en zes weken later na hun eerste sessie)
3. Zes weken na hun eerste sessie
4. Voor cliënten die al een tijdje geen sessies hebben gehad en nog nooit een Intake Formulier of een Persoonlijk Groeidocument hebben ingevuld
5. Voor cliënten die het Persoonlijk Groeidocument al één of meerdere keren hebben ingevuld



Mail 1: Voorafgaand aan hun eerste sessie (betreft het Intake Level Formulier)

Beste [Naam van de Cliënt],

Ik stuur je deze e-mail om onze afspraak op [datum & tijd] te bevestigen. Om een effectieve en efficiënte sessie te waarborgen, wil ik je vriendelijk verzoeken om het online Intake Level Formulier in te vullen.

Het formulier bestaat uit stellingen die verschillende aspecten van het leven behandelen. Door een score toe te kennen aan elke stelling op basis van je eigen perceptie, krijg je waardevolle inzichten in de gebieden die belangrijk zijn om aan te pakken tijdens onze aanstaande sessie. Je kunt het formulier hier vinden: <http://feedback.pmainstitute.com/intake>

De informatie die je verstrekt blijft vertrouwelijk en is niet herleidbaar naar jou. Als je PMA-coach zal ik je een unieke code toewijzen die alleen bij mij bekend is. Daarom is het niet nodig om je naam, adres, of andere persoonlijke gegevens op het Intake Level Formulier te vermelden.

Let op: Je persoonlijke code voor dit online formulier is: **in te vullen door de coach, minimaal 7 tekens**. Bewaar deze code goed. Het is je unieke code die je ook in de toekomst nodig zult hebben.

In de toekomst ontvang je vergelijkbare lijsten om je vooruitgang en ontwikkeling bij te houden. De informatie die je verstrekt, wordt veilig verwerkt binnen het computersysteem van het PMA-instituut en automatisch naar mij doorgestuurd.

Ik kijk uit naar onze eerste sessie en naar het samen werken aan je persoonlijke groei.

Met vriendelijke groet,
[Jouw Naam]



Mail 2: Een dag na de eerste PMA-sessie

Beste [Naam van de Cliënt],

Hoe voel je je nu je eerste PMA-sessie heeft kunnen bezinken? Ik wil je vooruitgang graag nauwgezet volgen. Zoals uitgelegd, is het Intake Level Formulier een zeer effectief hulpmiddel voor gestructureerd werk aan de gebieden waar je verbeteringen wilt aanbrengen. Als vervolg op het Intake Level Formulier dat je al hebt ingevuld, wil ik je vragen om het Persoonlijk Groeidocument in te vullen.

Zoals je de vorige keer misschien hebt opgemerkt, ontvang je geen kopie van de ingevulde lijst. We doen dit om objectiviteit in het invulproces te behouden. De waarden die je nu gaat invoeren, kunnen niet worden vergeleken met de vorige lijst. Als je ze toevallig hebt gekopieerd voordat je ze indiende, wil ik je vriendelijk verzoeken ze niet als referentie te gebruiken.

Vul in plaats daarvan de nieuwe lijst spontaan in, op basis van hoe je je huidige vooruitgang op dit moment ervaart. Je kunt je Persoonlijk Groeidocument vinden op: <http://feedback.pmainstitute.com/groei>

Voor de zekerheid, hier is je persoonlijke code voor dit online formulier: **in te vullen door de coach. Gebruik de code die al aan jou is toegewezen voor deze cliënt.** Bewaar deze code goed. Het is je unieke code die je in de toekomst opnieuw nodig zult hebben.

Aarzel niet om contact op te nemen als je vragen hebt of hulp nodig hebt.

Ik kijk uit naar het zien van je vooruitgang en onze volgende sessie.

Met vriendelijke groeten,
[Jouw Naam]



Mail 3: Zes Weken na de Eerste Sessie

Beste [naam cliënt],

Nu je een sessie hebt ondergaan, wil ik je vriendelijk verzoeken om het online Persoonlijk Groeidocument nogmaals in te vullen.

De scores die je geeft zullen waardevol inzicht bieden in de gebieden waar je groei hebt ervaren en zullen ook de gebieden belichten die mogelijk nog aandacht vereisen om je vooruitgang verder te verbeteren.

Je kunt je formulier hier vinden: <http://feedback.pmainstitute.com/groei>

Voor de zekerheid, hier is je persoonlijke codenummer voor dit online formulier: **in te vullen door de coach. Gebruik de code die al aan jou is toegewezen voor deze cliënt.** Bewaar deze code goed. Het is je unieke code die je in de toekomst opnieuw nodig zult hebben.

De informatie die je verstrekt zal veilig worden verwerkt binnen het computersysteem van het PMA Instituut en automatisch naar mij worden doorgestuurd.

Ik kijk ernaar uit om je ingevulde Personal Growth Formulier te ontvangen.

Met vriendelijke groet,
[Jouw Naam]



Mail 4: Voor Cliënten die al een tijdje Geen Sessies hebben Gehad en Nog Nooit een Intake Formulier of een Persoonlijk Groeidocument Hebben Ingevuld

Beste [Naam van de Cliënt],

Het is alweer een tijdje geleden sinds onze laatste PMA-sessie. Hoe gaat het met je? Heb je nog steeds profijt van onze PMA-sessies, of zijn er nieuwe uitdagingen op je pad gekomen?

Zoals je weet, blijft elke 'bad cluster' die je tijdens de sessies hebt opgeruimd, permanent ontdaan van zijn negatieve lading.

Er kunnen echter andere inactieve bad clusters aanwezig zijn die, zodra geactiveerd, kunnen leiden tot het terugkeren van bepaalde symptomen of gedragspatronen. Je hebt al ervaren hoe gemakkelijk deze kunnen worden aangepakt door de PMA-techniek toe te passen.

Ik wil van deze gelegenheid gebruik maken om je te herinneren aan het online Intake Level Formulier en het Persoonlijk Groeidocument. Deze lijsten bieden je de mogelijkheid om systematisch de volgende stap in je persoonlijke groeiproces te nemen.

Het online Intake Level Formulier bevat stellingen die betrekking hebben op de meest gangbare levensgebieden. Door jezelf een score toe te kennen op elk van deze gebieden, krijg je een helder inzicht in welke gebieden je het belangrijkst vindt om aan te werken tijdens een PMA-sessie.

Je kunt je lijst op je gemak bekijken door te gaan naar:
<http://feedback.pmainstitute.com/groei>



De informatie die je verstrekt, kan niet naar jou herleid worden door anderen. Ik zal je een exclusief codenummer verstrekken. Dit nummer is alleen bij mij bekend en ik ben de enige die weet welke cliënt hiermee correspondeert. Daarom hoef je geen naam, adres of andere persoonlijke identificeerbare informatie te vermelden op het Intake Level Formulier.

De informatie die je verstrekt, wordt veilig verwerkt binnen het computersysteem van het PMA Instituut en automatisch naar mij doorgestuurd.

Let op: Als je van plan bent deze optie te gebruiken, is jouw persoonlijke codenummer voor dit online formulier: **(dit wordt ingevuld door de coach, en bevat minimaal 7 tekens)**. Bewaar deze code zorgvuldig. Het is jouw unieke code die je ook in de toekomst nodig zult hebben.

Indien gewenst kunnen we een nieuwe afspraak inplannen om samen te werken aan de gebieden die jij als belangrijk hebt aangemerkt in het Intake Level Formulier.

Ik kijk ernaar uit om van je te horen.

Met vriendelijke groet,
[Jouw Naam]



Mail 5: Voor cliënten die vaker een Intake Formulier of een Persoonlijk Groeidocument hebben ingevuld.

Beste [Naam van de Cliënt],

Je hebt het Persoonlijk Groeidocument in het verleden al eens ingevuld. Om je zo optimaal mogelijk te kunnen begeleiden, wil ik je vriendelijk verzoeken om het Persoonlijk Groeidocument opnieuw in te vullen als vervolgstap.

Hierbij je persoonlijke code voor dit online formulier: (te worden ingevuld door de coach). Gebruik de code die eerder aan je cliënt toegewezen.

Bewaar deze code goed, het is je unieke code die je in de toekomst ook weer nodig zult hebben. Je kunt je formulier hier vinden:

<http://feedback.pmainstitute.com/groei>

Ik kijk uit naar je ingevulde Persoonlijk Groeidocument. Mocht je vragen hebben of assistentie nodig hebben, voel je vrij om contact op te nemen.

Met vriendelijke groet,

[Jouw Naam]

