



## Creatieve Loopbaan Coaching

### Breng meer leven in je werk !

*Doe werk waar je hart sneller van gaat kloppen, waar je ogen van gaan stralen*

#### **Wat**

We beginnen het traject met exploreren waar je nu staat. We doen dit aan de hand van beelden. Waar sta je nu, wat wil je behouden, wat wil je anders, wat kan je helpen, waar wil je naar toe. Van de beelden die je daarbij vind maak je thuis een collage.

Daarna besteden we elke sessie aandacht aan wat je inspireert, enthousiast en levendig maakt, en aan wat je tegenhoudt. We doen dat met behulp van diverse creatieve opdrachten en inzichtsoefeningen. Bijvoorbeeld over je wat je (de)motiveert, waar en bij wie je je thuis voelt, wat sterke kanten van je zijn en wat ontwikkelmogelijkheden zijn. Je krijgt oefeningen om oude, ineffectieve patronen los te laten. Halverwege het traject gaan we steeds meer de werkwereld betrekken bij de exploratie. Wat in de werkwereld maakt je enthousiast en levendig? We gaan diverse scenario's verkennen met behulp van visualisaties. Gaandeweg merk je wat niet bij je past en waar je je goed bij voelt. Je maakt een stappenplan.

#### **Werkwijze**

Tijdens dit traject worden creatieve en spirituele methodieken gebruikt. Je gebruikt beelden (foto's, kaarten, tekeningen) als metaforen. Je maakt korte, kleurige schetsen. Je krijgt visualisaties die onbewuste beelden naar boven brengen. Daarnaast doen we allerlei inzichtsoefeningen, afhankelijk van wat bij jou naar voren komt. Een belangrijk onderdeel van het traject is Loslaten met behulp van de Sedona Methode®. Hiermee kun je factoren die je nu nog tegenhouden, in korte tijd oplossen. Je krijgt steeds oefeningen mee voor thuis – reken op ongeveer een uur per dag tijdsbesteding thuis naast de sessies van het traject.

#### **Wanneer, waar & kosten**

Individuele sessies van 1½ uur, in onderling overleg te plannen.

Bij Loopbaan Energie, Lingestraat 21, IJsselstein (zuid-west van Utrecht)

Kosten: € 75,- per sessie (incl. btw). Cursusmateriaal: € 85,- (eenmalig).

Het aantal benodigde sessies verschilt per persoon. Een gemiddeld traject is 7 tot 9 sessies.

#### **Organisatie en opgave**

LOOPBAAN ENERGIE te IJsselstein (Ut)

Clarie van de Langenberg – Creatief Loopbaan Coach

Website: [www.loopbaan-energie.nl](http://www.loopbaan-energie.nl)

E-mail: [clarie@loopbaan-energie.nl](mailto:clarie@loopbaan-energie.nl)

Mobiel: 06 - 21 976 882