

De diepere laag

Voor wie merkt dat er onder aanpassen, presteren en denken nog iets anders zichtbaar wil worden

-  **Meer echtheid**
-  **Meer rust en aanwezigheid**
-  **Meer regie van binnenuit**
-  **Meer verbinding met jezelf en anderen**

Een persoonlijk ontwikkeltraject wanneer je **minder vanuit patronen** en **meer vanuit echtheid** wilt bewegen.

LEIDENDE PRINCIPES - DE LEIDERSCHAPS KEUKEN



LUISTEREN ALS FUNDAMENT

We luisteren niet alleen naar wat je zegt, maar ook naar wat daaronder voelbaar is. Naar patronen, spanning, signalen en verlangens.



INNERLIJKE VRIJHEID

We onderzoeken welke keuzes werkelijk bij jou passen los van aanpassing, of wat anderen van je verwachten.



CONTEXT & HELDERHEID

We kijken niet alleen naar jou als individu, maar ook naar de context waarin je leeft en beweegt.



VERTRAGEN IN HET HIER-EN-NU

We vertragen door stil te staan bij wat er gebeurt in de ontmoeting met jezelf, met de ander en in wat daarin voelbaar wordt of gezien mag worden.

WAT KUN JE VERWACHTEN?

1-OP-1 BEGELEIDING

Je werkt 1-op-1 met mij, met volledige aandacht voor jouw vraag, proces en tempo.

PERSOONLIJK EN OP MAAT

Geen standaard methode, maar begeleiding die aansluit bij jou, je situatie en vraag.

VERDIEPING EN INZICHT

We gaan de verdieping in en brengen patronen, overtuigingen en de onderstroom in beeld en vertalen dit naar jouw gewenste beweging.

VERTROUWEN EN VEILIG

Een veilige bedding waarin je alles kunt onderzoeken, zonder oordeel en met respect en vertrouwen naar elkaar.

HET TRAJECT

INTAKE



We starten met een online kennismaking en onderzoeken waar je nu staat, wat je verlangen is en of er een wederzijdse klik is

1-OP-1 SESSIES



We vertragen, verdiepen en onderzoeken wat er zichtbaar wil worden. Scherp, eerlijk en echt.

WAAR WE ELKAAR ONTMOETEN



De sessies vinden plaats:

- op locatie van De Leiderschaps Keuken
- wandelend in de natuur
- in overleg op een andere passende plek



Een traject duurt gemiddeld 6- 8 maanden.
Sessies van 75 minuten
Frequentie in overleg

MET WIE

SEBASTIAAN MEIJER

Senior coach en trainer bij de Leiderschaps Keuken.



DE LEIDERSCHAPS KEUKEN
VOOR TEAMS EN LEIDERS DIE KIEZEN VOOR ECHTHEID

[Voor meer informatie of het plannen van een kennismaking, klik hier.](#)