

Expertise

In mijn coachingspraktijk breng ik expertise (kennis en vaardigheden) op de volgende gebieden in:

- **Persoonlijke ontwikkeling.** Mensen helpen zicht te krijgen op (onbewuste) psychologische processen en hen begeleiden in het loslaten van belemmerende gedachten, gevoelens en gedrag en daar meer vrij van te staan in het leven is één van mijn kern-vaardigheden. Ik kan mensen helpen los te komen uit de beperkende invloed van het verleden door hen bijvoorbeeld te leren doorzien dat hun moeilijkheden in huidige relaties herhalingen zijn van het verleden en hen vervolgens helpen nieuw creatief gedrag uit te vinden. Dit schept de mogelijkheid om invloed uit te oefenen op hun manier van zijn en op hun eigen aandeel in hoe hun leven eruit ziet. Het is 'empowering'.
- **Bewustzijn-ontwikkeling.** Vanuit de Zijnsgeoriënteerde visie kan ik mensen begeleiden tot hoger Zelfbewustzijn en Levenskunst (leven vanuit Zijn en vrije wil). Ik kan mensen helpen in contact te komen met hun natuurlijke kwaliteiten (zoals wijsheid, levenslust, kracht en inspiratie), hun diepste waarden te ontdekken en hun keuzes daarop te baseren. Dit geeft meer diepgang en plezier in werk en relaties en uiteindelijk de mogelijkheid om een vervuld leven te leiden in vrijheid en verbondenheid.
- **(Bege)leiders-meesterschapsontwikkeling.** Leidinggevenden binnen organisaties en begeleiders binnen het onderwijs (docenten, mentoren, decanen) kunnen bij mij terecht om met de houding van een 'meester' (open, licht en helder) te leren omgaan met knelpunten en dilemma's in hun werk. Onder begeleiding kunnen ze een nieuwe houding en creatief gedrag uitproberen en dit integreren in het eigen repertoire. Dit vergroot hun professionele effectiviteit.
- **Leerling- en ouderbegeleiding.** Ik kan leerlingen leren enerzijds in contact te zijn met hun vrije en stralende aard en anderzijds hun gedachten, gevoelens en gedrag te leren doorzien en meer grip daarop te krijgen. Dit verbetert hun concentratie, zelfvertrouwen en schoolprestaties. Om te zorgen dat deze verbeteringen duurzaam zijn kan ik tevens de ouders van de leerlingen begeleiden, wat ook de ouder-kind-relatie versterkt.
- **Diversiteit.** Binnen organisaties kan ik de bestaande diversiteit maximaal helpen benutten door mensen te helpen hun eigenheid en waardigheid te ontdekken en te leren leven zonder conflict met hun team, maar juist in verbondenheid daarmee. Ik kan ook teams begeleiden bij het aangaan van een open dialoog over wat hen verbindt (zoals missie, waarden en doelen) en het samen vinden van nieuwe creatieve manieren: enerzijds om hun moeilijkheden op te lossen en anderzijds om een zo veel mogelijk veilig én uitdagend klimaat te scheppen waarin iedereen erbij hoort, zichzelf mag zijn en het beste uit zichzelf kan geven. Dit draagt bij aan de effectiviteit én de economische meerwaarde van de teamdiversiteit.
- **Loopbaanbegeleiding en career-management.** Ik kan zowel mensen als organisaties begeleiden om richting te geven aan hun loopbaan, daarin bewuste keuzes te maken om hun talent verder te ontwikkelen en hun kansen te vergroten.

Op deze gebieden kan ik met opdrachtgevers en cliënten op hoog intelligentieniveau, abstract en praktisch, meedenken over complexe vraagstukken.

Terug naar [MarthaLuna](#).