

Individuele coaching voor wie?

Iedereen loopt wel eens vast in zijn/haar werk of loopbaan: je zou er graag een keer met iemand over willen praten, maar je weet niet met wie. Bovendien vind je het moeilijk om je wensen en gevoelens onder woorden te brengen. Je zoekt dan ook iemand die jou helpt dingen helder te krijgen en je blokkades te overwinnen. Bovenal zoek je iemand die goed luistert, die jouw problematiek begrijpt en je op weg helpt zelf je eigen oplossingen te vinden. Een deskundige en ervaren coach die jou begeleidt naar wat jij zelf echt wilt en wat bij je past.

Beeldenwerk biedt individuele coaching aan particulieren en werknemers. Je opleiding is niet belangrijk: of je nu laag of hoog opgeleid bent of hoogbegaafd, eenieder is welkom. Van belang is wel dat je actief wilt werken aan jezelf en kritisch naar jezelf wilt (leren) kijken.

Herken je jezelf hierin? Of in één van de voorbeeldsituaties hiernaast? Neem dan contact met mij op. We kunnen dan bespreken wat je wensen en behoeften zijn.

Voorbeeldsituaties

- ▶ Je staat voor keuzes in je werk of leven en wilt graag een klankbord
- ▶ Je twijfelt of je nu wel doet wat je eigenlijk wilt
- ▶ Je zit niet lekker in je vel, je voelt je somber of depressief
- ▶ Je lijf protesteert met 'vage klachten'
- ▶ Je wilt leren je beter te uiten
- ▶ Je wilt leren grenzen te trekken
- ▶ Je wilt je valkuilen leren kennen én vermijden
- ▶ Je loopt in je relaties (chef/collega/partner) steeds tegen het zelfde aan
- ▶ Je loopt in je werk steeds tegen het zelfde aan
- ▶ De combinatie werk en privé/kinderen word je teveel
- ▶ Je bent aan het vastlopen in je werk (burnout/overspannen)
- ▶ Je wilt/moet van werk veranderen, maar hoe dit aan te pakken?
- ▶ Je werk bevredigt niet meer, maar wat dan wel?
- ▶ Je hebt een gezondheidsprobleem en hoe moet dat nu met je werk?
- ▶ Je wilt hulp bij het zoeken naar waar je sterk in bent en wat je het meest ligt
- ▶ Je staat voor een (her)keuring van de WAO/WIA of Wajong en wilt daar hulp bij: vragenformulier, voorbereiden op de (her)keuring zelf
- ▶ Je bent het niet eens met de beslissing van het UWV en wilt nagaan wat hieraan te doen is

Voor deze en ook andere situaties kan ik je verder helpen of wijs ik op mogelijkheden in mijn netwerk. Na een eerste gesprek van ca. 1,5 uur (eerste half uur kosteloos) maken we vervolgspraken indien gewenst. De kosten zijn o.a. afhankelijk van je inkomen (particulier) of mogelijkheden via je werkgever.

Werkwijze

Een integrale aanpak kenmerkt mijn werkwijze. Ik kijk niet alleen naar de mens als persoon, maar ook naar de werk- en privésituatie: relatie, gezondheid, woon- en financiële situatie, etc.. Pas als het beeld compleet en de problematiek helder is, kun je werken aan de kern van het probleem.

Het werken met beeldmateriaal kan onderdeel zijn van mijn werkwijze. Beeld verwoordt en 'triggert' gevoelens die met alleen praten niet gemakkelijk aan het licht komen. Door creatief (beeldend) bezig te zijn kom je vaak (weer) in contact met je gevoel en krijg je inzicht in wat je werkelijk belangrijk vindt, wat je echt wilt en wat bij je past. Het is een beproefde methode om je (verborgen) talenten te ontdekken en daarmee het plezier in je werk of zelfs je leven te hervinden.

Door met je handen bezig te zijn (doen) verbind je je hoofd (denken) met je hart (gevoel)!



Doen
Handen

Beeldend
bezig zijn

Voelen
Hart

Denken
Hoofd

Beeldenwerk beschikt over verschillende creatieve beeldende werkvormen zoals foto's en associatiekaarten. Daarnaast gebruikt Beeldenwerk werkvormen waarbij je zelf actief bent zoals tekenen, schilderen, kleien of textielbewerking. Je hoeft daarmee geen ervaring te hebben. Iedereen kan met vorm en kleur spelen – niets is gek en het gaat niet om een prachtig of perfect kunstwerk, het gaat om het proces. Juist van niet goed gelukte dingen en het proces leer je het meest!

Óf en welke werkvormen worden ingezet is sterk afhankelijk van wat jou aanspreekt en soms ook van wat op de locatie mogelijk is. Ik lever uitsluitend maatwerk: jij zelf bepaalt immers wat je doet en ik help je daarbij. Zodoende doe je alleen dát wat jou ligt en waar jij behoefte aan hebt.

Over mijzelf als bedrijfsarts en coach



Mijn naam is Janine Molier. Als bedrijfsarts werk ik al ruim 25 jaar voor diverse bedrijven, zowel grote als kleine. Hierdoor heb ik veel ervaring opgedaan met de begeleiding en coaching van mensen in en naar (ander) werk.

Daarnaast heb ik een driejarige opleiding voltooid bij het Instituut voor Toegepaste Integratieve Psychologie (www.ITIP.nl) en de tweejarige opleiding Creatieve Handvaardigheid (zie www.SKE.nl). Echter minstens zo belangrijk acht ik de levenservaring die ik heb opgedaan in zowel relaties, gezin, persoonlijke ontwikkeling en loopbaan alsook met de eigen gezondheid. Ik vind het een uitdaging om mensen weer met plezier en zelfvertrouwen aan het werk te krijgen. Zorgen dat ze een goede balans (her)vinden tussen werk en privé en dat ze, vanuit een eigen motivatie, het beste uit zichzelf weten te halen.

Concrete ervaring

- ▶ Ik heb mensen met problemen op hun werk- en levenspad zodanig begeleid dat ze (soms elders) weer prettig en naar tevredenheid aan het werk zijn (zie bij Referenties op www.beeldenwerk.nl).
- ▶ Door mijn integrale aanpak wordt het echte probleem helder zodat een effectief (re-integratie) plan van aanpak opgesteld kan worden.
- ▶ Door mijn ervaring als bedrijfsarts weet ik wat gezondheids- en andere problemen betekenen voor werk(on)mogelijkheden.
- ▶ Ik ken de werkwijze van het UWV en heb mensen succesvol begeleid bij (her)keuringen en bezwaarschriften tegen beslissingen.
- ▶ Ik heb de ervaring en bevoegdheid om enerzijds met huisartsen en specialisten, anderzijds met de werkgever contact te leggen en te bemiddelen als dat van pas komt en gewenst is.
- ▶ Ik heb de bevoegdheid om te verwijzen naar behandelaars bij arbeidsgerelateerde problemen.
- ▶ Ik heb ervaring met het werken met beeldende werkvormen en de procesbegeleiding die daarbij nodig is.

Meer weten?

Voor meer informatie, referenties en brochures zie www.beeldenwerk.nl. Bellen of mailen kan ook:

Janine Molier-Bloot
Bedrijfsarts/Coach/Creatief Begeleider
BIG regnr. 79020035801
Spreekuurlocatie/atelier: Garage Notweg
Notweg 38, 1068 LL Amsterdam
Mobiel: 06 33 617 681
E-mail: janine@beeldenwerk.nl
Website: www.beeldenwerk.nl

Beeldenwerk biedt onder het vaandel 'Creapalet' ook creatieve workshops en een inloopatelier, zie www.creapalet.nl.



Beeldenwerk
Creatief in en naar werk



Individuele
Coaching

Om zo gezond en plezierig mogelijk
aan het werk te zijn
aan het werk te blijven
of weer aan het werk te komen