



Irene Andriessen

*'Je voetstappen zijn de weg.
Door te lopen baant men de weg
en achteromkijkend ziet men
het pad...'*

Antonio Machado
(spaanse dichter)

Irene Andriessen Consult

Loopbaanadvies en Persoonlijke Coaching

PERSOONLIJK

Ik ben Irene Andriessen, 49 jaar, werkend en wonend – met man en zoon – aan de Nieuwegracht, hartje Utrecht. Sinds 1996 werk ik vanuit mijn eigen bureau als trainer en coach op het gebied van ontwikkeling van persoonlijk leiderschap.

Irene Andriessen Consult is associé van het Centre for Generative Leadership te Utrecht. Op freelance basis ben ik onder andere verbonden aan Schoonderwoerd & Partners te Berkenwoude.

Als **docent omgangskunde** en **gezondheidskunde** en vanuit mijn opleiding tot **psycho-sociaal werker** was ik werkzaam als **hulpverlener**. Daarnaast waren opleiding en training in o.a. **haptonomie** en **tao-zen meditatie** van wezenlijk belang voor mijn ontwikkeling. Met deze ingrediënten in mijn professionele bagage ben ik me gaan richten op het opleiden en coachen van mensen in organisaties. Ik voegde hier in 2002 nog een opleiding tot **loopbaanadviseur** aan toe.

Ontwikkelen van persoonlijk leiderschap – je eigen weg zoeken in je werk, je loopbaan, je leven – is in mijn werk de centrale doelstelling.



Irene Andriessen

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

Het zoeken en ontdekken van een eigen weg door het leven zie ik als de grootste uitdaging voor ons allemaal. Die zoektocht stelt je voor wezenlijke vragen, over wie je bent, wat werkelijk belangrijk voor je is, wat je nodig hebt en wat je te doen hebt. Het vraagt soms moed om bij jezelf te rade te gaan of je je werkelijk op je plaats voelt in je werk, je af te vragen waar je echt voor warm loopt, wat maakt dat je steeds tegen bepaalde kwesties oploopt en verward raakt in dezelfde spanningen, hoe je de balans tussen werk en privé-leven zou wensen... Op deze zoektocht, die ik zelf al te goed ken, ondersteun en stimuleer ik mensen bij het ontdekken van de **antwoorden die van binnenuit komen**. De antwoorden op wezenlijke vragen dienen zich meestal niet op een presenteerblaadje aan. Ze vragen om reflectie, aandacht en onbevangen durven onderzoeken van binnen- en buitenwereld. En dat terwijl er vanuit de context heel wat op ons afkomt aan verwachtingen, behoeften en eisen van anderen.

Ik moedig mensen aan om hun persoonlijk leiderschap op te nemen, dat wil zeggen **hun eigen authentieke weg te kiezen**. Vanuit een goed ontwikkeld persoonlijk leiderschap worden de vele vragen, waar de dagelijkse werkelijkheid je voor stelt, soms **verrassend moeiteloos van binnenuit** beantwoord.

LOOPBAANADVIES

Heb je specifiek de vraag welke kant je op wil met je loopbaan, dan kan een **loopbaan koersonderzoek** je verder helpen je richting (opnieuw) te bepalen. In dit traject gaan we systematisch onderliggende **drijfveren** en **behoeften**, die voor je loopbaan essentieel zijn, onderzoeken. We gaan achtereenvolgens in op je **loopbaan tot nu toe** en je **levensgeschiedenis**, je **kwaliteiten** en **valkuilen**, **belangrijkste waarden**, **wat energie geeft en wat je inspireert**. Vanuit deze grondige (her)bezinning richten we ons op concrete **loopbaanperspectieven**.

PERSOONLIJKE COACHING

Coaching ondersteunt je in je werksituatie en de realiteit van alledag. Elk traject begint met het formuleren van **ontwikkeldoelen: waar wil je naar toe; wie wil je zijn?** Met deze doelen als kompas gaan we onderzoeken wat je in je werk tegenkomt. De inhoud van het traject wordt bepaald door wat in jouw professionele functioneren aan de orde is. Dit kunnen valkuilen zijn, bijvoorbeeld op het gebied van **omgaan met conflicten**, **tijd managen**, **je manier van communiceren**, **emoties hanteren**, **grenzen bewaken** e.d. Ook thema's die raken aan je zelfbeeld en levenshouding, zoals **bewustzijn van eigen kwaliteiten**, **stresshantering**, **je rol als man of vrouw**, of specifieke persoonskenmerken, zoals **hooggevoeligheid**, worden desgewenst onderwerp van gesprek.

WIL JE MEER INFORMATIE?

Bel 030 231 44 73 of mail naar: irene.andriessen@planet.nl.

Wil je weten of persoonlijke coaching of een loopbaan koersonderzoek jou verder kan brengen in je ontwikkeling, dan ben je van harte welkom voor een (kosteloos) kennismakingsgesprek.

ACHTERGROND