



“Geef me de moed om te veranderen wat niet acceptabel is.  
Geef me de wijsheid om te accepteren wat ik níét kan veranderen.  
En geef me het inzicht om het verschil tussen beide te zien.”

## Lizelotte Wijn – van der Spek

Trainer, Coach, Adviseur

### COMPETENTIES

Resultaatgericht  
Persoonlijk, Open  
Empathisch  
Confronterend, Lef  
Creatief  
Motiverend  
Goed voorbereid, Grondig  
Teambuilder

### STUDIES

Action Learning Coach  
Provocatief Coachen  
NLP  
Creativiteit in organisaties  
Training: Persoonlijke Kracht  
Trainen met Acteurs  
BTA - Beroepsopleiding tot Trainer  
Psychosomatische therapie  
Academie voor Fysiotherapie  
Sportacademie (HBO)  
Atheneum B

### METHODIEKEN EN MODELLEN

Action Learning  
Neuro-Linguïstisch Programmeren  
Insights Discovery  
Rationeel Emotieve therapie (RET)  
Transactionele Analyse  
Roos van Leary  
Kernkwaliteiten van Offman  
Brainstormtechnieken

### VISIE - PROFIEL

Na jarenlange ervaring in het ontwikkelen en geven van trainingen en coaching, sinds 1996, is mij één ding duidelijk geworden, n.l. dat écht veranderen niet vanzelf gaat. Dit geldt zowel voor persoonlijke veranderingen van deelnemers als voor verandertrajecten bij organisaties.

Natuurlijk is het van belang om een helder en inspirerend doel te hebben. Het is echter nog veel belangrijker om eerst helder te krijgen wat de onderliggende vraag is, wat het probleem is.

*“waar loop ik/lopen wij steeds tegen aan, wat weerhoudt mij/ons ervan om dit te doorbreken?”*

Bij reorganisaties is het van groot belang om veranderingen zo uit te voeren dat medewerkers vanaf het begin betrokken zijn en een actieve rol kunnen en willen spelen in dat verandertraject.

En het is goed om te realiseren dat veel mensen het lastig kunnen vinden om uit hun bekende patroon te gaan, uit hun comfortzone. Dat maakt dat zowel externe veranderingen als interne gewenste veranderingen (zoals vaker nee willen zeggen, controle ‘durven’ loslaten of een nieuwe uitdaging aangaan) niet vanzelf gaan.

Mijn passie is om mensen en organisaties in staat te stellen om – vanuit eigen kracht – gewenste veranderingen te realiseren en talenten te ontwikkelen én concreet toe te passen in hun eigen leefomgeving. Hiertoe is het van belang om sámen te onderzoeken welke belemmerende patronen, overtuigingen en onderstromen deze verandering in de weg staan. En om flexibel te zijn en te durven improviseren. Kernwoorden in mijn begeleiding zijn: persoonlijk en betrokken, praktisch, analytisch en resultaatgericht, stimulerend (mensen écht raken) en confronterend.

### EXPERTISEGEBIEDEN

- Verandermanagement - Begeleiding van verandertrajecten bij organisaties, Leidinggeven aan veranderingen; Action Learning bij veranderingen: versterken van organisatie, team en medewerkers
- Leiderschap – Coachend leiderschap, Praktisch leidinggeven, Projectmatig werken, Teamontwikkeling
- Trainer van NLP Practitioner (met certificaat)
- Communicatie, Beïnvloeden en Adviesvaardigheden, Vergadertechnieken
- Zelfmanagement, Persoonlijk leiderschap, Persoonlijke Effectiviteit, Time Management, Assertiviteit
- Creativiteit – Professionele Brainstormbegeleiding
- Train de Trainer – Train de Coach
- Coaching – diverse niveaus, ook hoger kader en MT coaching



## CURRICULUM VITAE

“ALS JE WILT DAT ALLES HETZELFDE BLIJFT,  
...OF BETER WORDT...,

DAN ZUL JE WEL MOETEN VERANDEREN!”

### REFERENTIES

Marianne Carrière – Lumin

Ron Severins – Vivat Verzekeringen

Anton F. van der Gaag – Manager  
Bedrijfsbureau Gemeente  
Zoetermeer

Hilleke van der Reijden – Manager  
Onderwijsbeleid en Studentzaken –  
Hogeschool van Utrecht

### TALEN

Nederlands

Engels

Frans

Italiaans



### RECENTE TRAJECTEN, O.A.

#### Profit

- Auris – Leiderschap en beoordelen
- Gem. Zoetermeer – Adviesvaardigheden en Action Learning en Teamtraining
- UWV – Adviesvaardigheden voor implementatiemanagers
- OM – (RLO Hoger Beroepszaken) Verandertraject gedurende 2 jaar voor alle medewerkers (412), incl. afdelingshoofden en MT's van 4 ressortsparketten. Daarbij ook individuele coaching en teamcoaching van MT-leden, Advocaten Generaal en HAG (Hoger Advocaat Generaal)
- Rabobank – Training en advies rond invoeren van Het Nieuwe Werken
- Ecabo – Kenniscentrum – leiderschap en Leeftijdsebewust Personeelsbeleid
- PLUS supermarkten – Training Klantgericht Werken en teamcoaching
- Fusietraject bij gemeente SED – Begeleiden en adviseren van werkgroepen in projectmatige aanpak
- Verzekeringsbranche – Training 5 groepen van leidinggevenden bij invoering van Basisverzekering - teamtraining
- Verzekeringsbranche – Talentontwikkeling bij Young Professionals
- Veiligheidsregio – Projectmanagement en Adviesvaardigheden
- Getronics – Leiderschap, projectmanagement en Adviesvaardigheden
- Professionele brainstormbegeleiding bij o.a. Rabo, GSK, VT-wonen

#### Non-profit

- Coaching Regiomanager Vluchtelingenwerk van januari – oktober 2016
- Centrum voor Jeugd en Gezin – Tilburg - Brainstormsessie over Profilering
- De Kleine Wereld – Kinderopvang, te Amsterdam
- Hogeschool van Utrecht – Leiderschap Mediatheek – Train de trainer en Advies bij nieuwe profilering - teamcoaching

### WERKERVARING

- 1996 – heden: Emo-Ratio – Training, Coaching en Advies (eigenaar)
- 1996 – heden: Freelance Trainer en Coach bij diverse organisaties (o.a. BVO)
- 1995 – 1996: Vluchtelingenwerk – Vrijwilliger – voorbereiden vluchtelingen
- 1985 – 1995: Revalidatiecentrum Heliomare – Fysiotherapeute, leidinggevend, projectleider
- 1982 – 1985: Fysiotherapeute in particuliere praktijk in Culemborg
- 1982 – 1984: Telefonische Hulpdienst Utrecht - Vrijwilliger