



**Ik heb Antoinette van Alphen in een tweetal situaties meegemaakt.**

### **MTC Outdoor Europe**

In mijn hoedanigheid als lid Directie Nederland, van een grote internationale organisatie, was ik eind jaren negentig betrokken bij een veranderingsprogramma. Antoinette van Alphen gaf leiding aan een groot veranderingstraject met een Outdoor Management Development Programma.

### **Persoonlijke aandacht voor deelnemers**

Het betrof een programma van meerdaagse bijeenkomsten en eendaagse bijeenkomsten voor in totaal meer dan 600 personen. Dit gebeurde op een zeer professionele wijze en met een doordachte en effectieve methodiek. Op een zeer goede manier ging zij tijdens dit programma om met persoonlijke aspecten en ontwikkelingen bij de individuele deelnemers.

### **Personal Coaching**

Zij heeft mij begeleid in een traject van persoonlijkheidsontwikkeling na een ontslag. Gedurende een periode van bijna twee jaar hadden wij gesprekken en ontmoetingen waarbij ik met haar hulp inzicht kreeg in mijn persoonlijkheid. Haar begeleiding was erop gericht om een keuze voor de verdere toekomst en carrière te baseren op inzicht in de eigen persoonlijkheid.

### **Zeer tevreden**

Ik kijk op deze periode zeer tevreden terug. Ik heb haar leren kennen als een professional die mensen tot inzicht in zichzelf en tot verandering weet te brengen. In vergelijking met een aantal andere ervaringen van mij in coachingstrajecten onderscheidt zij zich in haar aanpak van doelgerichtheid, structuur en professionaliteit. De vertrouwenspositie die zij als coach inneemt staat daarbij voor op.



## Personal coaching door Antoinette van Alphen

### Burn out

Antoinette van Alphen heeft mij gecoacht vanaf het moment dat ik burned out was.

### Meteen op een toekomstgerichte weg

Wat mij vanaf het begin enorm geraakt heeft is het scherpe waarnemingsvermogen van Antoinette. Ze doorgrondde heel snel waarverlangens en talenten zaten die lang ver weggestopt waren. Hierdoor werd ik meteen op een positieve en toekomstgerichte weg gezet. Mijn intuïtie mocht eindelijk weer meedoen en het leven werd ineens een grote ontdekkingstocht.

Patronen van hardnekkige overtuigingen en vooral overtuigingen die diep geworteld waren en die mij verasten werden door Antoinette doortastend ontrafeld en in perspectief geplaatst.

### Creatief en origineel

Antoinette opent de ogen van de mens en raakt elke keer weer een thema aan wat in het onbewuste speelt en dat mee wil doen. Dit opent de weg naar heelheid.

Elke keer geeft ze ook creatieve ideeën mee over hoe je aan een thema kan werken. En door haar levenservaring en kennis van de Oosterse cultuur zijn dat geen standaard ideeën.

### Bijzonder geschenk

Het coaching traject heeft mij heel veel gebracht. Allereerst is mijn lichaamsbewustzijn enorm toegenomen en is mijn energiebalans veel meer in evenwicht gekomen. Mijn zelfvertrouwen is groter geworden en daardoor durf ik mijn droompad/baan op te zoeken. Ook neem ik veel makkelijker waar wat er in mensen omgaat zonder het te veel op mij zelf te betrekken. Doordat ik mijn intuïtie weer veel meer in heb leren inzetten ervaar ik een heleboel dingen in mijn leven als een bijzonder geschenk.



**Mevrouw Antoinette van Alphen heeft mij gedurende de afgelopen jaren naar alle tevredenheid bijgestaan en gecoacht.**

Mevrouw van Alphen is in staat zich volledig vrij en oordeelloos en tegelijkertijd met de juiste afstand te verdiepen in de situatie van de klant. De wijze waarop mevrouw van Alphen op verschillende niveaus, psychologisch, energetisch maar ook zakelijk gedragingen in kaart weet te brengen biedt verhelderende inzichten. Vervolgens reikt zij bruikbare handvaten aan waarmee de eigen slagvaardigheid van de klant steeds verder vergroot wordt.

Haar zeer professionele aanpak, gedegen vakkennis en structuur aanbrenghend vermogen hebben voor mij als klant naast persoonlijke groei mijn effectiviteit zowel zakelijk als privé verhoogd. Ik kan niet anders dan mevrouw Antoinette van Alphen van harte aanbevelen als coach.