

Kroon coaching: van denken naar dóen

AMERSFOORT - Als het tijd is voor verandering, verbetering of vernieuwing, of het nou een kleine stap is of een grote sprong voorwaarts, helpt het als een onafhankelijk persoon met je meekijkt en je af en toe een spiegel voorhoudt. Marieke Kroon, verandercoach met als specialisatie persoonlijke

coaching en communicatie coaching, is zo'n persoon.

Veranderen is niet altijd makkelijk, maar het is meestal wel de moeite waard om in actie te komen. „Vaak is er eerst een vage onrust. Je leven, baan of relatie loopt niet lekker. Ik ga eerst helder krijgen, wát je eigenlijk zoekt. Dat kan soms iets anders zijn dan je aanvankelijk dacht. Die wens vertalen we naar een be-

reikbaar doel, en vervolgens moet je zelf de stappen zetten. Alleen dan ervaar je wat goed voor je is en waar je blij van wordt. Ik coach, stel vragen en geef feedback. Verder wil ik mezelf zo snel mogelijk overbodig maken.”

De coaching is op maat, dus is Kroon soms ook langer betrokken. „Een vrouw die voor het eerst leiding ging geven, wilde voor een langere periode een mentor. En er

zijn ook mensen die eens in de zoveel tijd langskomen om te checken of ze nog op de juiste koers zitten.”

De kracht van Kroon is volgens haarzelf het vertrouwen in de cliënt. Die draagt het juiste antwoord of de juiste oplossing in zich. „Als je midden in een situatie zit, heb je geen overzicht. Een probleem kan onoverkomelijk lijken. Ik help mensen om hun blinde vlekken transparant te maken, zodat ze opeens weer een opening zien. Verder probeer ik de dingen luchtig te benaderen. Een situatie kan zwaar zijn, maar daarom hoeft je er nog niet dramatisch mee om te gaan. Ook een groot probleem kent soms een simpele oplossing. Zelfs als er geen honderd procent oplossing is, kun je je situatie vaak wel verbeteren. Als je die eerste stap maar zet.”

Verandercoaching, Reconnective Healing, Familie- en Organisatieopstellingen, Empowerment training, of een workshop Emotional Freedom Technique (EFT) zijn onderdelen uit het aanbod van Kroons praktijk. „Welke methode of welke techniek ingezet wordt, hangt af van de coachvraag en soms ook van de voorkeur van de cliënt. Die bepaalt waar hij zich goed bij voelt”, benadrukt Kroon. „Ik duw niemand een bepaalde richting uit. Wel laat ik zien wat de meeste effectieve manier zou kunnen zijn. Vaak is het een geïntegreerde combinatie van technieken. Het belangrijkste is dat de klant zich ondersteunt voelt op weg naar zijn doel.”

Marieke Kroon, L. Nicasiusstraat 5,
3818 NE Amersfoort, tel. 033-4657513 /
06-33777330, info@kroon-cc.nl, www.



Foto: Hans Verhoort/BOU by

Kroon: „Ik help mensen om hun blinde vlekken transparant te maken, zodat ze opeens weer een opening zien.”