

A close-up portrait of a woman with brown hair pulled back, blue eyes, and red lipstick. She is looking slightly upwards and to the left. She is wearing a white turtleneck sweater and a large, modern earring with a black curved shape and a clear sphere. The background is a soft, out-of-focus brown.

Zelfscan

Liefdevolle

Facilitator Zelfscan

Een liefdevolle zelfscan voor leiders die willen ontdekken waar ze staan in het facilitatorschap.

Anke Verbruggen

houseofnrgy.com

Scoor jezelf op een schaal van 1 (helemaal oneens) tot 5 (helemaal eens). Tel vervolgens al je scores bij elkaar op.

Ik weet hoe ik een **veilige en gedragen ruimte creëer** waarin mensen zich durven openen.

Ik ervaar **rust in mezelf om aanwezig te zijn** zonder direct in te grijpen of oplossingen aan te dragen.

Ik laat de **verantwoordelijkheid** voor heling en groei gemakkelijk **bij de klant**.

Ik **durf stiltes** te laten vallen. Ik **vertrouw** op wat erin het moment wil ontstaan.

Ik **observeer** wat er gebeurt bij de ander **zonder erin meegezogen** te worden.



Ik weet hoe ik **constructief** om kan gaan met **heftige emoties/situaties** tijdens sessies.

Ik **voel subtiele signalen en energieverhuizingen** in de groep/bij de klant aan en weet hoe ik mijn begeleiding hierop aan kan passen.

Het lukt me goed mijn **eigen proces** en dat van de klant/groep te **onderscheiden**.

Ik weet hoe ik sessies kan vormgeven, **zonder te sturen** op een bepaalde uitkomst.

Ik weet hoe ik een klant kan helpen **oude emoties & pijnen los te laten** op een constructieve, liefdevolle manier.





JOUW SCORE & OEFENING

0-20 punten – Je staat aan het begin van je reis en mag gaan ontdekken.

Wow! Jij staat op een heel mooi punt in je reis als facilitator!

Dit is een fase van **ontdekken en ervaren**. Misschien begeleid je nog niet (veel). Maar voel je de roep van het **facilitatorschap wel kriebelen**.

Of misschien host je al wel sessies en merk je dat je nog vaak de neiging hebt om **in te grijpen, oplossingen aan te dragen of controle** te willen houden. Of, misschien heb je het gevoel 'ik doe maar wat.'

Dat is heel natuurlijk en een mooie uitnodiging om je dieper te verbinden met jezelf.

- ✓ Om mee te oefenen: Oefen met luisteren zonder te reageren. Probeer in gesprekken vaker stiltes te laten vallen en voel wat er binnen in jou gebeurt als je niets 'oplost'. Dit kan met klanten, maar ook gewoon met je buurvrouw of partner als je nog niet werkzaam bent als facilitator.

JOUW SCORE & OEFENING

21-35 punten - Jij hebt een basis gelegd en mag deze verstevigen.

Jij hebt al wat **ervaring** in het facilitatorschap.

Je herkent de principes van faciliteren volgens de regels van de Nieuwe Tijd en voelt je **redelijk comfortabel** in je rol.

Tegelijkertijd merk je dat er momenten zijn waarop je nog **aarzelt of grip wilt houden** op het proces.

Misschien vraag je je soms af of je het 'goed' doet. Of **zit je veel in je hoofd**, waardoor het faciliteren veel energie kost.



- ✓ Om mee te oefenen: Oefen met vertrouwen op de intelligentie van de groep/je klant. Stel in je volgende sessie of gesprek eens een vraag en wacht langer dan je normaal zou doen met 'iets doen'. Wat gebeurt er binnen in jou? Wat merk je op aan neigingen? Wat gebeurt er met jou als je dit gevoel er laat zijn en er niet op acteert?



JOUW SCORE & OEFENING

36-50 punten – Je hebt ervaring en jij mag je comfortzone uitbreiden.

Je hebt een **natuurlijke aanwezigheid** en kunt een groep of klant goed begeleiden.

Je weet hoe je ruimte faciliteert, subtile processen waarneemt en je vertrouwt op wat zich aandient.

Toch zijn ook (juist?) de meest ervaren teachers nooit uitgeleerd: waarschijnlijk voel je **nieuwsgierigheid om jouw kanaal** als facilitator dieper te leren kennen.

Misschien werk je momenteel erg vanuit je comfortzone. En voelt het **‘exciting’ om variatie** aan te brengen in de manier waarop je werkt met klanten.

Waardoor jij ook weer groeit als leider, mens en natuurlijk facilitator.

- ✓ Om mee te oefenen: Wat past heel erg bij jou, wat je zou kunnen inbrengen in jouw sessies? Denk aan het spelen van een muziekinstrument, zang, dans. Wat gebeurt er in jou en met de groep/klant als jij jouw persoonlijke expressie meer inbrengt?

CONCLUSIE & NEXT STEPS

Het facilitatorschap is een pad van **groei en verfijning**. Het maakt niet uit waar je staat op jouw reis, er is altijd wat te ontdekken, met name in jezelf.

Vanuit die zelfontdekking **leer je je eigen kanaal als facilitator** steeds beter kennen.

En zal de begeleiding die je geeft steeds gelaagder en rijker worden.

Op de volgende pagina lees je wat House of NRGY voor jou kan doen in **jouw ontwikkeling als facilitator en daarmee als leider van de Nieuwe Tijd**.



FACILITATOR: DE OPLEIDING

🌱 Ben je beginnend/opbouwend facilitator (0-36 punten) en wil je bouwen aan een stevige basis?

Valt er nog veel te leren & ontdekken in het facilitatorschap? Wil je **bouwen** aan een **solide basis** om altijd op terug te kunnen vallen? Wil je onderdeel worden van een **community van Nieuwe Leiders**?

Dan is de opleiding De Facilitator misschien iets voor jou. In de opleiding **leer je diepe transformatieprocessen begeleiden** op basis van jouw eigen helderheid en de **principes van Nieuw Leiderschap en de Nieuwe Tijd**.

👉 Klik hieronder voor **meer informatie** en maak een **vrijblijvende belafsprake** om te overleggen of deze opleiding past bij waar jij nu staat in het leiderschap.

[INFO OPLEIDING](#)



I:I VERDIEPING



🌱 **Ben je ervaren facilitator (36-50 punten) en wil je verder uitkristalliseren?**

Graag nodig ik je uit voor een 1:1 verdieping. Tijdens deze middag exploreren we **jouw unieke superkracht als facilitator**, we diepen uit wat jou zo uniek maakt en onderzoeken hoe je dit vorm kunt geven tijdens sessies en in je communicatie naar buiten toe: je positionering

Een hele middag lang duiken we samen in jouw facilitatorschap, jouw lichaam als portaal om mee te dienen en onderzoeken we welk unieke puzzelstukje jij komt vervullen in de transitie van Oud naar Nieuw.

Je sessie boek je via onderstaande link of stuur een mail naar **anke@housofnrgy.com** om te overleggen of dit voor jou is.

INFO 1:1



OVER HOUSE OF NRGY

Hi, ik ben Anke Verbruggen. **Psycholoog, ondernemer en oprichter** van House of NRGY. House of NRGY is een **opleidingshuis** voor coaches, gidsen & facilitatoren van de Nieuwe Tijd.

Wij faciliteren de ruimte waarin deze gidsen zich verder kunnen bekwamen, verdiepen & ontplooien. En waar ze kunnen verbinden met elkaar. Zo hopen wij bij te dragen aan een liefdevolle landing van het collectief in de Nieuwe Tijd.

Er is een podcast, een opleiding, er zijn masterclasses, cursussen en een community (in wording).

Voel wat jou het beste past en sluit je aan bij ons netwerk van Leiders van de Nieuwe Tijd. We kunnen jouw helderheid goed gebruiken.

Liefs, Anke

[NAAR DE WEBSITE](#)