

MatriXmethode: snel, effectief en 'to the point'

Van je probleem af met de MatriXmethode



Een 'overvol' hoofd, angsten, emotionele problemen en/of blokkades, onzekerheid, leerproblemen. Herkenbaar? Het liefst wil je er niet over praten. Maar hoe kom je van dat nare gevoel of die vervelende gedachten af? De MatriXmethode is een coachingstechniek die effectief is bij zowel leer- en gedragsproblemen als mentale en emotionele problemen. De methode biedt uitkomst bij het voorkomen en bij het oplossen van deze problemen, zowel voor kinderen als voor volwassenen.

Na vele jaren onderwijservaring in verschillende functies heb ik, Annemiek van Engelen, veel kennis, vaardigheden en inspiratie opgedaan. Coachen op de werkvloer heeft mij laten ervaren dat ik hier veel energie uit haal; vandaar mijn ambitie om deze manier van werken verder te ontwikkelen. Mijn coachingsvaardigheden heb ik completer gemaakt met de MatriXmethode. Dit is een prachtige manier van coachen om je weer lekker in je vel te laten voelen om wat voor een reden dan ook. Als MatriXcoach begeleid ik je bij het vinden van een oplossing van jouw probleem.

De MatriXmethode biedt:

- een opgeruimd hoofd
- een snelle aanpak
- inzicht in eigen informatieverwerking, eigen leren en eigen emoties
- oplossingen voor kinderen en volwassenen
- veiligheid; geen vragen over de inhoud en hoe het is gekomen
- hulp bij iedere vraag

Ieder mens hoort, ziet, denkt en voelt. Door middel van deze instrumenten komt de informatie bij je binnen. Er zijn wel eens situaties die je dan als niet zo leuk ervaart en waar je last van blijft houden. Bij jouw probleem of blokkades ga ik uit van jouw beleving en associaties. Dit is bij iedereen anders, want ieder persoon slaat informatie op zijn eigen unieke wijze op. Ik laat je je bewust worden van je eigen informatieverwerkingsstelsel om zo jouw probleem en/of blokkades op te heffen.

MatriXmethode en leren

Bij kinderen kan ik de basis leggen voor het leren, zodat ze zich een handige leerstrategie eigen maken. Als je weet wat er in jouw hoofd omgaat, kan ik je helpen dat zelf te veranderen in een strategie die beter werkt en waardoor je gemakkelijker informatie kunt onthouden. Staan er emotionele blokkades bij het leren in de weg, dan pakken we die ook gelijk aan.

MatriXmethode en werken

Vaak vormen angsten en onzekerheden op de werkvloer een belemmering om goed te functioneren. Denk bijvoorbeeld aan geen grenzen durven stellen of niets durven zeggen in een vergadering. De MatriXmethode zorgt ervoor dat je meer in je kracht komt te staan en meer zelfvertrouwen krijgt, wat een betere werksfeer en effectiever (team)werk tot gevolg heeft.



Foto: Charles Groeneveld



Foto: Charles Groeneveld

Kennismakingsgesprek

Ik werk in mijn praktijk aan de Raadhuisstraat in Voorburg, en help kinderen, studenten en volwassenen. Met uiteenlopende problematiek van faalangst, onzekerheden, negatief zelfbeeld, spinnenangst, vlieg angst en dwangneurosen tot hoogtevrees en claustrofobie. Bel vrijblijvend voor een kennismakingsgesprek!

Ervaring met de MatriXmethode
'Door 2 MatriXsessies is mijn onzekerheid verdwenen! Ik durf nu voor mezelf op te komen en voel me daarvoor een stuk prettiger. Collega's zien het en vragen wat ik heb gedaan.'
- Michel (48 jaar)

Cloupoint
Annemiek van Engelen
Raadhuisstraat 65, 2271 CW Voorburg
telefoon 06-10923508
e-mail annemiek@cloupoint.nl
www.cloupoint.nl