



Tans Veerle

Psychiatrisch verpleegkundige
Persoonlijk coach
Loopbaancoach
Voice dialogue facilitator i.o.
Opvoedingsondersteuner

Wie ben ik?

Ik ben geboren en getogen in Bilzen, 46 jaar. Ik ben ontdekkingsreiziger van mijn innerlijke wereld, student van het leven. Ik ben op weg naar voluit leven vanuit mijn authentieke-ik. Mijn medereizigers op mijn pad zijn mijn man en 2 jongvolwassen kids. Zij zijn mijn steun en toeverlaat, de spiegels van mijn ziel. Zij tonen mij welke overtuigingen ik onder de loep mag nemen en welke oude patronen ik mag afleren. Ik ben een gevoelsmens, een hartwerker. Ik droom van een leven, waarvan ik geen vakantie hoeft te nemen. Ik ben een ervaringsdeskundige (burn-out). Een pleaser en perfectionist in herstel. Als het leven mij uitdaagt, mijn zenuwstelsel in het rood gaat, mijn hoofd me leugens vertelt, mijn hart overspoeld wordt door heftige emoties, vind ik mijn rust in schrijven, zingen, dansen, knippen en plakken. Voor een lekker etentje, een gezellig bakkie troost met vrienden, familie ben ik steeds te vinden. Ik verlies de tijd uit het oog als ik lees over mentaal welzijn, persoonlijke groei, zingeving. Mijn hart maakt een sprongetje als ik coachees mag vergezellen op hun pad naar verdieping, verandering en groei.

Mijn professionele pad

- Medisch centrum St-Jozef Munsterbilzen (1997-2011)
Zorgprogramma Opname- en behandelingsopname
Doelgroep: volwassenen met een stemmings- en persoonlijkheidsstoornis
Werkvorm: Dialectische gedragstherapie, systeemtheorie
- Kinderpsychiatrisch Centrum Genk (2011-2019)
Zorgprogramma crisis- en urgentieopname
Doelgroep: 12 – 18 jaar
Werkvorm: acceptance and commitment therapie, oplossingsgericht werk

- Mobiel medewerker geestelijke gezondheidszorg - Ligant (2019-heden)
Doelgroep: kinderen, jongeren en jongvolwassenen die in de jeugdzorg verblijven

Welke kennis zit er in mijn rugzak?

- Gegradueerd psychiatisch verpleegkundige KHLIM - 1994- 1997
- Posthogeschool vorming KHLIM: begeleiding van de doelgroep stemmingsstoornissen - 1998
- Opleiding basisvaardigheden voor psychotherapie – Introductie contextuele benadering 2000-2001
- Vlaamse specialisatie voor groepsleiding: Opleiding voor medewerkers werkzaam binnen de kinder- en jeugdpsychiatrie - 2014
- Incompagnie training Acceptance and commitment therapie - 2017
- Opleiding loopbaancoach – Better Minds at work 2020
- 4 daagse workshop trauma – traumacentrum België – 2020
- Facilitatoropleiding Voice dialogue deel 1 – 2021
- Mindfulness training - 2021
- Kunstzinnig coachen met voice dialogue - 2022
- Facilitator opleiding Voice dialogue deel 2 - 2022

Met wie ga ik op pad?

- Jongvolwassenen
- Volwassenen
- Koppels
- Ouders

Welke paden kan je samen met mij bewandelen?

Loopbaancoaching

Als loopbaancoach werk ik voor een erkend loopbaancentrum: Eclips consult.

Ik help jou graag op weg met de uitdaging omtrent je loopbaan:

- Wil je doorgroeien in je job, meer werkplezier?
- Vraag je je af wat je talent, je passie is?
- Ervaar je stress of spanning met je collega's?
- Heb je weinig kennis van de arbeidsmarkt?

- Wil je jezelf beter presenteren in je job?
- Ben je op zoek naar een nieuwe uitdaging professioneel?
- Wil je een beter work-life balance?

Voice dialogue facilitatie: de psychologie van de ikken

Het uitgangspunt van deze methode is de veronderstelling dat je als mens niet slechts één persoon bent, maar dat je uit een verzameling verschillende subpersonen of ikken bestaat. Het werken met een subpersoon is een manier om aspecten van je overlevingsstrategieën in je bewustzijn te brengen in plaats van dat zij jouw leven als een automatisch programma besturen. Dit geeft je meer keuze over hoe je wilt zijn, hoe je reageert en en hoe je je tot anderen verhoudt. (John Rowan)

Persoonlijke coaching:

Een persoonlijke ontdekkingstocht naar:

- wat je leven richting geeft.
- bewustwording van je innerlijke wereld
- een liefdevolle verbinding met jezelf
- meer vertrouwen in je zelf, zelfaanvaarding
- flexibiliteit in denken, voelen en doen
- innerlijke rust
- gezonde relaties met anderen
- je patronen herkennen en doorbreken

Quotes:

- Laten we op onze ontdekkingsreis naar onszelf toch eens ophouden met zoeken naar wat er mis is met ons, laten we liever ontdekken wie we zijn en hoe we in elkaar zitten!
Laten we ons oordeel aan de kant zetten terwijl we dat wonderbaarlijke stelsel 'ikken' in onszelf. (Hal & Sidra Stone – Voice dialogue)
- De eerste stap naar verandering is bewustwording. De tweede is acceptatie. (Nathaniel Branden)
- Als je de stenen op je weg niet opruimt, struikelen je kinderen erover (surinaams gezegde)
- Er is meer wijsheid in je lichaam dan in de meest diepgaande filosofieën (Nietzsche)
- Al wat ons irriteert in anderen kan ons iets doen begrijpen over onszelf (Carl Jung)