

# Coaching - Training - Mediation

## Samenwerking

Door samenwerking met ervaren professionals op diverse vakgebieden waar nodig, is M.A.U.D een zeer allround coach-, trainings- en mediation bureau, waar organisaties complexe verandervraagstukken vertrouwd en vakkundig onder kunnen brengen.

## Visie

M.A.U.D gaat uit van de mens, van alle kwaliteiten, talenten en eigenheid die mensen bezitten.

De werkwijze van M.A.U.D kenmerkt zich door een directe, betrokken, zorgvuldige en oprechte, persoonlijke aanpak.

Snel en bijna loepzuiver tot de kern komen is één van de kwaliteiten waarmee M.A.U.D zich weet te onderscheiden.

M.A.U.D levert een bijdrage aan het ontwikkelen van eigenheid van mens en organisatie. Nodigt mensen uit om raakbaar en moedig te durven zijn, zodat er een betere samenleving kan ontstaan.

Graag willen we u ontmoeten om van gedachten te wisselen over uw visie.



**Maud Lankhorst**

**M.A.U.D Coaching - Training - Mediation**

Burg. H. Houtkoperlaan 44, 4051 EX Ochten  
06-22267648

info@maudlankhorst.nl  
www.maudlankhorst.nl



*‘ Voel wat je doet, doe wat je voelt ’*

*‘Mensen willen wel veranderen, maar niet veranderd worden’*

## ‘Welk moedig gesprek heb jij te voeren?’

Wat is jouw eigenheid?

Wie ben jij in essentie, van waaruit doe jij de dingen en waarin word jij geraakt?

Wat is jouw bijdrage en wat wil je bijdragen?

Inzicht hierin is het vertrekpunt in zowel coaching, training als mediation.

Wat is nu een moedig gesprek?

Een moedig gesprek is een gesprek waarvan je weet/voelt dat je hem moet voeren, maar waarvoor je ook angst kunt hebben. Dit omdat je bang bent de relatie te verstoren of wellicht te verliezen. Of je hebt angst wat de ander zal denken over jou, of zal zeggen. Angst dat jouw behoefte om je oprecht uit te spreken hoe dan ook (nare) consequenties zal hebben.

Het bijzondere echter is dat de ander vaak eenzelfde gedachte patroon heeft en ook niet oprecht durft te zijn. En wanneer jij de moed hebt om je te uiten over hetgeen jou bezig houdt, de ander dit ook durft te doen. Je communiceert dan niet meer op hoofd niveau maar op hart niveau.

En op hart niveau maken wij echte verbinding met elkaar. Hier zitten ‘erkenning’ en ‘gezien worden’ twee belangrijke basisbehoeften van de mens.

Het voeren van moedige gesprekken komt in zowel coaching, training als mediation aan de orde.

Door jezelf te kunnen zijn, te weten wat jou raakt en beweegt, ontwikkel je moeiteloos leiderschap.

## Coaching

Coaching geeft inzicht in patronen, gedachten, strategieën, blinde vlekken en (belemmerende) overtuigingen, die mede je gedrag en je gevoel bepalen. Door dit inzicht, ontstaat er ruimte om nieuwe mogelijkheden en vaardigheden te ontdekken en te ontwikkelen. Soms moet je eerst even stil staan, om (anders) in beweging te kunnen komen. Welke stap je ook wilt zetten, je kunt alleen leren en groeien door iets te doen wat je (nog) niet kunt. Hier is ook weer moed voor nodig. Moed om het onbekende in te stappen. Niet te weten wat de uitkomst ervan zal zijn. Moed die je van nature als kind hebt meegekregen, maar weer verloren hebt. Heb 't lef je moed te heroveren! Durf je het heft weer in handen te nemen en eigenaarschap te nemen over je eigen leven?



## Training

Organisaties zijn volop in beweging en moeten dat ook zijn om aan te blijven haken bij hun klanten of branche. Dat is zeker niet altijd makkelijk voor alle betrokkenen.

‘Mensen willen wel veranderen, maar niet veranderd worden’  
Veranderen hoort bij het leven.  
Eigenlijk zijn er maar weinig zaken die niet veranderen.

Doormiddel van trainingstrajecten die gericht zijn op vooral de persoonlijke ontwikkeling, samenwerking en eigenheid van de medewerkers, het ontwikkelen van hun talenten, en het waarderen van ieders kwaliteiten, ontstaat een krachtige verschuiving in ieders eigen beleving van zijn of haar bijdrage aan de organisatie, ongeacht welke functie men heeft binnen de organisatie.

Het plezier om te werken voor, een bijdrage te leveren aan, een onderdeel uit te maken van, wordt hiermee voel- en meetbaar verhoogd.

## Mediation

Naast coachen en trainen neemt Mediation ook een belangrijke plaats in binnen M.A.U.D.

Hoe om te gaan met conflicten? Wat gebeurt er binnenin je wanneer je betrokken raakt bij een conflict en hoe kun je het ombuigen?

Mediation gaat over verbinden, erkennen en over bruggen bouwen.



Het doel binnen mediation is de partijen te helpen, om te komen tot een gezamenlijk gedragen eindresultaat. Partijen krijgen inzicht in hoe het conflict hen raakt in eigen waarden, in relatie tot de ander.

Binnen de mediation is er ruimte en veiligheid om onbesproken zaken bespreekbaar te maken, waardoor partijen zich gehoord en gezien voelen.

Naast het afzonderlijk inhuren van een mediator voor een specifiek mediationstraject, kan conflicthantering (mediationvaardigheden) ook onderdeel uitmaken van een trainingstraject.