

Groepstraject

Persoonlijk leiderschap

als sleutel tot Duurzame Inzetbaarheid

www.mariellescheper.nl

The inside job to outside impact

Je werkt met aandacht en verantwoordelijkheid en voelt dat investeren in jezelf belangrijk is om goed te blijven functioneren. Je weet dat stilstaan, reflecteren en ontwikkelen horen bij duurzame inzetbaarheid maar je weet misschien niet hoe of je neemt er geen tijd voor.

Dit groepstraject is er voor professionals die willen onderzoeken hoe zij bewuster richting kunnen geven aan hun werk en leven. Niet omdat ze vastlopen, maar om helder te krijgen wat voor hén klopt — en hoe ze daarin keuzes kunnen maken.

In dit traject **ontdek je wat persoonlijk leiderschap voor jou betekent.** Dat vergroot niet alleen je effectiviteit en werkplezier, maar helpt ook om duurzaam inzetbaar te blijven en uitval te voorkomen.

In dit traject **leer je stap voor stap jezelf van binnenuit leiden**, met een directe vertaling naar je dagelijkse werk en leven.



Wat dit traject jou brengt

In dit traject werk je aan jouw persoonlijke leiderschap als fundament voor duurzame inzetbaarheid. Dat betekent dat je niet alleen kijkt naar wat je doet in je werk, maar vooral naar hoe en vanuit welke intentie en plek.

Je ontwikkelt:

- **Meer inzicht in jezelf:** je talenten, drijfveren en natuurlijke manier van werken
- **Meer energie en rust:** doordat je leert luisteren naar je signalen en daar beter op afstemt
- **Meer eigenaarschap:** je maakt bewustere keuzes en neemt regie over je werk en ontwikkeling
- **Meer stevigheid in je rol:** helderder communiceren, grenzen bewaken en initiatief nemen
- **Meer werkplezier en motivatie:** omdat je werk beter aansluit bij wie jij bent



Voor wie is dit traject?

Dit traject is geschikt voor professionals die:

- **betrokken en gemotiveerd** zijn in hun werk maar ook merken dat het werk veel vraagt
- willen **voorkomen dat ze vastlopen**, uitvallen of het plezier in hun werk verliezen
- verlangen naar meer rust, **richting en eigen regie in hun werk en leven**
- zichzelf beter willen **begrijpen en ontwikkelen**
- voelen dat er méér mogelijk is, maar **niet precies weten hoe en wat**
- Hun **talenten en drijfveren** willen ontdekken

*Je hoeft niet vast te lopen om in te stappen in dit traject.
Dit traject is juist bedoeld voor professionals die preventief willen investeren in zichzelf, zodat ze duurzaam goed kunnen blijven functioneren.*



De elementen

In dit groepstraject werken we met een krachtige combinatie van drie elementen, die zowel individueel als in de groep worden ingezet:

★ Talent Motivation Analyse (TMA)

Je maakt een wetenschappelijk onderbouwde talentenanalyse, vanuit de positieve psychologie, die inzicht geeft in **jouw drijfveren, talenten en competenties**.

Je krijgt **helder waar jouw energie zit**, waar je op leegloopt en wat jij nodig hebt om duurzaam goed te functioneren.

★ Systemisch werk

Met systemische werkvormen krijg je **zicht op patronen en blinde vlekken die je onbewust kunnen belemmeren**. Dit brengt vaak diepgaande inzichten die niet alleen mentaal, maar in de 'onderstroom' doorwerken.

En ruimte geven voor echte verandering.

★ Mindfulness

Je **leert je aandacht bewust te sturen**, stresssignalen eerder herkennen en rustiger te reageren.

Dit helpt je om **betere keuzes te maken, aanwezig te blijven en effectiever te functioneren**, juist in een drukke werkomgeving.



Programma opbouw

1. **Online kick-off.** Een inspirerende start waarin je kennismaakt met de thema's, de werkwijze en de intentie van het traject.
2. **TMA-talentedanalyse + individueel ontwikkelgesprek.** Je ontvangt jouw persoonlijke TMA-profiel en bespreekt dit in een 1-op-1 gesprek, online. We vertalen de inzichten direct naar jouw werkpraktijk.
3. **Drie live groepsbijeenkomsten (dagdelen).** In een kleine groep werk je aan persoonlijk leiderschap, talentontwikkeling en duurzame inzetbaarheid. Door reflectie, systemisch werk en praktische oefeningen worden inzichten direct voelbaar en toepasbaar.

★ Opdrachten & integratie

Tussen de bijeenkomsten door werk je met gerichte opdrachten die je helpen om het geleerde toe te passen in je dagelijks werk.

★ Afronding & borging

Je sluit af met reflectie en een persoonlijk actieplan, zodat wat je hebt ontwikkeld ook écht blijft.

Save the date

Online kick-off:

10 april 2026

Live bijeenkomsten:

20 mei

26 juni

26 augustus

De investering

Dit groepstraject vraagt een bewuste investering in jezelf.

Wat je krijgt is een zorgvuldig opgebouwd programma waarin persoonlijk leiderschap, zelfinzicht en duurzame inzetbaarheid samenkomen zowel individueel én in de kracht van de groep.

2026 is het jaar waarin dit traject voor het eerst in deze vorm wordt aangeboden.

Daarom geldt voor deze editie een eenmalig gereduceerd tarief.

Veel werkgevers zijn bereid om dit traject te bekostigen als onderdeel van duurzame inzetbaarheid en professionele ontwikkeling. Ga hierover gerust het gesprek aan met je leidinggevende of HR-adviseur.

REGULIERE INVESTERING
BEDRAAGT:

~~€1.450,-~~

DEZE PILOTEDITIE
BEDRAAGT:

€1.095,-

Over mij

Mijn naam is Mariëlle Scheper.

Ik begeleid professionals die voelen dat het anders mag, en die bereid zijn om eerlijk naar zichzelf te kijken en zichzelf willen ontwikkelen.

Mijn overtuiging is dat **duurzame inzetbaarheid begint bij mensen die zichzelf van binnenuit kunnen leiden**. Wanneer je jezelf leert leiden, ontstaat er ruimte voor rust, autonomie en volwassen keuzes, die kloppen voor jou.

Als **TMA-expert, systemisch (loopbaan)coach en mindfulness trainer begeleid ik al jaren professionals en leiders** in het versterken van hun zelfinzicht en persoonlijk leiderschap.

Mijn aanpak is diepgaand én praktisch: geen oppervlakkige methodes, maar ontwikkeling die van binnenuit werkt en zichtbaar wordt in gedrag.

Ik creëer een veilige, professionele omgeving waarin je snel tot de kern komt en inzichten direct kunt vertalen naar je werk en leven. Zodat **jij met meer energie, helderheid en vertrouwen je plek inneemt in je werk en leven**.



Wat anderen zeggen



Cas Geurtzen

7 reviews • 1 foto



★★★★★ 7 weken geleden

Zeer waardevol coachtraject! Ik heb middels de TMA methodiek samen met Mariëlle dieper in mijn talenten en drijfveren gedoken, wat erg prettig was als "starter" op de arbeidsmarkt. Ik werk nu twee jaar en heb veel gehad aan de begeleiding tijdens deze periode van mijn nog prille loopbaan. Wat ik erg fijn vond was dat de insteek van de sessies en de benadering heel erg op mij als persoon afgestemd waren. Hierbij haalde Mariëlle ook dingen aan die ik in eerdere sessies benoemd had en gaf de passende en verhelderende voorbeelden. Ik sta nu zekerder in mijn schoenen als jonge professional en weet beter wat ik wil. Zou Mariëlle dus zeker iedereen aanraden! :)



Juliet Lentjes

3 reviews • 0 foto's



★★★★★ 14 weken geleden

Ik heb het TMA-ontwikkeltraject gevolgd bij Mariëlle en kijk hier met veel plezier op terug. In eerste instantie was ik verrast door de resultaten van de TMA-analyse, die bleken namelijk bijzonder accuraat. Met hulp van Mariëlle kon ik de uitkomsten goed vertalen naar mijn eigen praktijk.



Annemiek de Boer

3 reviews • 0 foto's



★★★★★ 30 weken geleden

Ik heb een heel waardevol coachtraject gevolgd bij Mariëlle. De afgelopen maanden ben ik zoveel sterker geworden en gegroeid door haar hulp, op maat gemaakt voor mij. Mariëlle is eerlijk en direct op een prettige manier. Ze voelt precies aan wat je nodig hebt en wat bij je past en is heel betrokken en belangstellend. Je kan altijd contact met haar zoeken als je tussentijds tegen iets aan loopt en biedt dan een luisterend oor en geeft passend advies. Dank je wel Mariëlle voor je steun en betrokkenheid!



Larissa de Lang

7 reviews • 3 foto's



★★★★★ 20 weken geleden

Ik was aanwezig op het event; Soulful Saturday. Mariëlle zorgde voor een open en uitnodigende sfeer waarin iedereen zichzelf kon zijn. Ik voelde me op mijn gemak en durfde mij open te stellen. Dankbaar voor deze ochtend.

Mariëlle Schepers Coaching

Let's go!

Ben je klaar om deze stap te zetten?

Dan nodig ik je van harte uit om onderdeel te worden van het groepstraject 'Persoonlijk leiderschap als sleutel tot duurzame inzetbaarheid.'

Ik creëer daarin de ruimte waarin jij, individueel en in verbinding met anderen, leert jezelf van binnenuit te leiden.

**Stuur een mail met je aanmelding
naar info@mariellescheper.nl**

Ik neem vervolgens contact met je op voor een vrijblijvende intake om samen te verkennen of dit traject bij je past.



Veel gestelde vragen - FAQ

Is dit traject geschikt als ik niet ‘vastloop’?

Ja. Dit traject is juist preventief bedoeld. Je hoeft niet overspannen of uitgeput te zijn om te investeren in jezelf. Veel deelnemers stappen in omdat ze voelen dat ze nu willen bijsturen.

Moet ik ervaring hebben met coaching of mindfulness?

Nee. Je hoeft niets te kunnen of te weten. Alles wordt op een nuchtere, toegankelijke manier aangeboden en altijd vertaald naar jouw werkpraktijk.

Hoe groot is de groep?

We werken in een kleine, veilige groep (5-10 deelnemers) zodat er voldoende ruimte is voor persoonlijke aandacht en verdieping.

Wat als ik het spannend vind om in een groep te werken?

Dat is heel normaal. Er is altijd ruimte om je eigen tempo te volgen. Je deelt alleen wat voor jou klopt en wat veilig voelt. Gun jezelf de ruimte om te ontdekken hoe krachtig en waardevol het is om te werken in een groep.

Is dit traject vooral persoonlijk of ook werkgericht?

Beide. We werken vanuit jouw persoonlijke ontwikkeling, maar vertalen dit concreet naar jouw werk, rol en dagelijkse praktijk.

Wat levert de TMA mij concreet op?

De TMA geeft je een helder, betrouwbaar profiel van je talenten, drijfveren en competenties. Het helpt je begrijpen waarom je doet wat je doet — en hoe je dit effectiever en energiever kunt inzetten.

Wat is de tijdsinvestering?

Naast de bijeenkomsten reken je op tijd voor reflectie en praktische opdrachten. De investering is gemiddeld genomen 30-60 minuten per week en opdrachten zijn gelijk te integreren in je werk en leven waardoor het goed te combineren is.

Wat is het verschil met een individueel coachtraject?

De kracht van dit traject zit in de combinatie van persoonlijke verdieping én leren van anderen. De groepsdynamiek versterkt de inzichten en normaliseert wat je ervaart.

Talent Motivation Analyse



Meer informatie over TMA
lees je HIER

Programma-opbouw

