

## Inspiratie voor persoonlijk leiderschap winter 2024/2025



In het licht wordt zichtbaar wat er is, ik wens iedereen veel lichtheid in het nieuwe jaar!...

Deze inspiratie en informatie is van **Marjo Kusters van Eye Opener**. Coach & trainer gericht op het versterken van persoonlijk leiderschap voor meer vitaliteit, voldoening, vreugde en verbinding. Stilstaan bij jezelf om verder te komen.

[naar website](#)



### Persoonlijk leiderschap en de ijsberg....



Wat heeft het een met het ander te maken? Persoonlijk leiderschap gaat over de manier waarop jij jezelf leidt in je leven en werk. Jezelf kennen, weten wat je wilt en hoe je daar vorm aan geeft. De metafoer van de ijsberg laat zien dat slechts een deel van ons zichtbaar is, ons gedrag, en dat een veel groter deel onbewust en minder zichtbaar is. En juist deze onderliggende overtuigingen, drijfveren en identiteit hebben veel invloed op wat we doen en

hoe we functioneren. Persoonlijk leiderschap vraagt een duik onder water.

Door je te verdiepen in jouw persoonlijke ijsberg krijg je handvaten voor verandering en meer eigen leiderschap. Niet omdat alles maakbaar is maar omdat hoe jij er zelf in staat bepalend is. Hoe complexer en veeleisender de context is waarin je functioneert, des te belangrijker is krachtig eigen leiderschap. Veel coachvragen die ik krijg gaan hierover.

Om impact te hebben, vitaal te blijven en goed samen te werken is het belangrijk om je eigen kwaliteiten, gevoeligheden en patronen te kennen. In de relatie met de ander wil je effectief zijn. Door individuele coaching, training of intervisie kun je je persoonlijk leiderschap versterken.

### Spot on: 3-daags programma Persoonlijk leiderschap en intervisie voor medisch specialisten



Op **11 en 12 september en 16 oktober 2025** organiseer ik een 3-daags programma aangevuld met 2 intervisie bijeenkomsten om je persoonlijk leiderschap als specialist te versterken.

**Locatie:** De Jufferen Lunsingh in Westervelde, een prachtige locatie in het buitengebied in Noord Nederland.

**Kosten:** € 1690,- (excl. BTW), inclusief overnachting

en alle catering.

De accreditatieaanvraag loopt.

Drie dagen om in te zoomen op jezelf, je functioneren in leven en werk en je koers aan te scherpen. 'Ik begrijp nu beter hoe ik meer mijn kwaliteiten kan inzetten in mijn vakgroep', 'Ik heb helderheid gekregen over mijn keuze om vakgroepvoorzitter te worden', 'Mijn balans tussen werk en privé-tijd is veel beter geworden'. Dit zijn reacties van eerdere deelnemers.

We werken met een heel afwisselend actief programma, onderlinge uitwisseling en verdieping op persoonlijke vragen. Reflectie op jezelf, je patronen en bewustere keuzes maken zodat je meer je eigen leiderschap kunt vormgeven voor meer energie en plezier. Gun jezelf tijd en een pas op de plaats samen met andere specialisten die je goed leert kennen!

Marjo geeft al jaren trainingen over persoonlijk leiderschap aan medisch specialisten voor De academie voor medisch specialisten.

Maak vrijblijvend een afspraak voor meer informatie of een intakegesprek.

[Afspraak maken](#)

### Benieuwd naar jouw Persoonlijke stijl (DISC) en drijfveren?

Met een analyse van TSI Success Insights krijg je direct een spiegel.

'Had ik dit veel eerder gedaan', verzuchten veel van mijn cliënten met wie ik een terugkoppeling heb over hun analyses. De uitgebreide rapporten leveren heel veel informatie op en laat puzzelstukjes op hun plek vallen. Over gedrag, kwaliteiten en valkuilen, communicatie, leiderschap en ideale werkomgeving bijvoorbeeld geeft een DISC profiel (4 kleuren) veel inzichten. Je drijfveren laten zien wat je passie en behoeften in werk en leven zijn en verklaren veel over je prioriteiten en plezier.



Al meer dan 15 jaar ben ik gecertificeerd en werk ik met veel plezier met deze methode. Je vult 2 digitale vragenlijsten in en je ontvangt een uitgebreid rapport en aanvullend gesprek met mij.

Ook voor vakgroepen en teams heel nuttig om je teamwiel te zien en bespreken. Voor iedereen een Eye Opener!

Ben je nieuwsgierig geworden? Stuur me een bericht.

### Drie tips voor meer reflectie in je dagelijks leven

#### 's Ochtends

Vraag jezelf in de ochtend bv. onder de douche of bij het tanden poetsen af hoe het met je is en wat die dag van belang is voor je. Hoe verdeel je je energie, waar kijk je naar uit, hoe zorg je dat de dag soepel verloopt, etc. Neem je eigen behoeftes als uitgangspunt en stem daar je dag zoveel mogelijk op af. Check dat gedurende de dag.

#### Na je werk

Bij thuiskomst is het prettig een soort van ritueel te hebben om je dag te verwerken en aandacht naar binnen te brengen. Omkleden, handen wassen, fysieke oefeningen, rondje in je tuin. Nagaan hoe je dag was. Zijn er dingen blijven hangen? (actie nodig), waaraan denken morgen? (notitie) en waar heb je zin in vanavond? (ja, zin!)

#### Onderweg

Tijdens je woonwerk-verkeer kun je vaak goed op jezelf zijn. Laat de radio eens uit, zet je gedachten op een lager pitje en ga met je aandacht naar binnen. Hoe voelt je lijf? Hoe is je energie? Wat kun jij doen om een goede dag of avond te hebben? Wat gaat jou plezier of voldoening geven? Laat in je opkomen wat er is.

**Marjo Kusters**  
Eye Opener  
Herestraat 113-4  
9711 LG Groningen

[Website Eye Opener](#)  
[marjo@eyeopener.nu](mailto:marjo@eyeopener.nu)  
06-50416829

[Contact](#)



LinkedIn Marjo Kusters

Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [marjo@eyeopener.nu](mailto:marjo@eyeopener.nu) toe aan uw adresboek.

