



DE MUNCK COACHING

LOOPBAAN & LEVENSLOOP

**ONTDEK JE EIGEN GELUID
IN EEN WERELD VOL RUIS!**



HET TWINTIGERSDILEMMA

WAT SPEEL ER?

Als je dit leest als twintiger (of begin dertiger) dan sta je onder hoge druk van een snel veranderende en chaotische maatschappij. Je gaat een nieuwe levensfase in en wil je mooiste leven vormgeven volgens je eigen ideaalbeeld. Je hebt net een studie gedaan of bent nog bezig aan een master en vraagt je af wat je met je leven wil doen. Misschien heb je al een paar tijdelijke contracten gehad maar mist vastigheid en zingeving. Het is tijd om carrière te maken, relaties aan te gaan en een fijne woonplek te fixen. Een flinke druk van de maatschappij die op je schouders ligt.

WIST JE DAT:

Twintigers steeds later een vast contract krijgen, vaker van baan switchen, later een huis kopen en later kinderen krijgen?

Twintigers werk-prive balans steeds belangrijker vinden, en een maatschappelijk relevante baan willen die zingeving biedt?

1 op de 5 twintigers opzoek is naar passend werk?

20% te maken krijgt met burn-out gerelateerde klachten?

Twintigers hevige prestatiedruk van de maatschappij ervaren en niet weten wat hen gelukkig maakt?

GEEN ERVARING ZONDER WERK, GEEN WERK ZONDER ERVARING...

LAUNCH YOUR CAREER

Je wil als twintiger werk vinden waar je echt gepassioneerd over bent. Je hebt al een paar baantjes geprobeerd maar hebt het gevoel dat er meer in je zit. Of je bent net aan het starten en vraagt je af wat je volgende stap wordt, waar je enthousiast van wordt. Je vrienden hebben al een toffe werkplek gevonden en jij hebt hierdoor misschien het gevoel buiten de boot vallen, omdat je 'het' nog even niet hebt gemaakt, volgens je eigen verwachtingspatronen. Je wil natuurlijk authentiek zijn, bewuste keuzes maken en ontdekken waar je echt gelukkig van wordt. Dit is een periode van zoeken waarin je soms in het duister kan tasten. Je wil weten waar je aan toe bent en wat je opties zijn. Dit is best zenuwslopend en je kent vast wel die momenten dat je hierdoor een flinke dip krijgt.

Het dilemma:

50% van de twintigers slagen niet direct in een juiste loopbaankeuze omdat zij nog op zoek zijn naar zichzelf, nog niet duidelijk hebben waar ze voor staan en wie ze zijn. Je waait met alle winden mee en hebt geen duidelijk pad voor ogen en weet hierdoor niet waar je moeten beginnen. 40% van de twintigers ervaart hierdoor veel verwarring en stress in hun loopbaan of studententijd.

Wie wil je zijn?

Je hebt als twintiger dus dagelijks enorm veel existentiële vragen en er speelt een hoop in je leven. Voor twintigers is zelf-ontplooiing, spiritualiteit en persoonlijke ontwikkeling heel erg belangrijk. Je identificeert je met je werk (maar ook met vrienden, muziek, cultuur, evenementen, studie en reizen) en je wil echt impact maken om de wereld een stukje mooier te maken. Dit is een flinke zoektocht want je vraagt je af wie je wil worden en waar wordt ik gelukkig van? Een zoektocht zowel in je binnenwereld als in de buitenwereld.

GRATIS TWINTIGERSDILEMMA TEST

Je wil je eigen pad vinden op de alom gebaande weg. Hiervoor moet je even stilstaan om stilstand te voorkomen! Maak nu de [twintigersdilemma test](https://www.demunckcoaching.com/twintigersdilemma-test), kijk waar je staat en krijg gratis feedback.

Find out: Wie ben ik en wie wil ik zijn? Waar ben ik goed in en wat heb ik bij te dragen aan de wereld? Wat geeft mij het gevoel van zingeving? Waar sta ik voor en wat is mijn authentieke verhaal? Wat belemmert mij om mijn potentie te leven? Ga naar: www.demunckcoaching.com/twintigersdilemma-test

GOOGLE REVIEWS

"Ramon prikkelt je door de juiste vragen te stellen. Door het gebruik van herkenbare metaforen geeft hij je inzicht in je competenties en hetgeen waar je juist wel en geen energie van krijgt. Dit helpt je keuzes te maken om je verder te ontwikkelen en meer plezier te halen uit je werk"

"Samen met Ramon heb ik zelfvertrouwen gevonden om echt te gaan doen wat ik leuk vind door samen op zoek te gaan naar mijn diepe interesses en wensen in het leven en in een carrière. Het was voor mij een bijzonder aangenaam en leerzaam traject".

"Yes, Coachings traject afgerond en meteen de volgende stap in mijn carrière kunnen zetten".

SYMPTOMEN

Vaak loop je tegen diverse problemen aan in je leven als jongvolwassene. Twintigers hebben in 40% van de gevallen weleens te maken met stress, lastige emoties, onzekerheid, eenzaamheid, verleidingen, depressie, vermoeidheid, keuzestress, perfectionisme, faalangst en uitstelgedrag. Hierdoor kan je flink vastlopen. En hoe lang wil je hier nog mee rondlopen? Een objectieve blik van buitenaf is dan fijn, zodat je bewust wordt van je eigen gevoelens, gedachten en gedrag! Hierdoor kan je betere keuzes maken in je leven en ontdek je wie je bent!

TWINTIGERSTWIJFELS

Herken je jezelf in deze vragen? Loop je ook weleens met deze thema's rond? Grote kans dat jij ook te dealen hebt met het *twintigerdilemma*! Test jezelf gratis!

Ga ik het wel maken? Wat maakt mij gelukkig? Lukt het mij allemaal wel? Ben ik wel goed genoeg? Hoe kan ik mijzelf laten zien? Moet ik niet nog een studie doen? Hoe wordt ik succesvol? Werk ik wel hard genoeg? Ben ik wel leuk genoeg? Hoe kan ik mij nuttig voelen? Hoe ga ik om met prestatiedruk? Heb ik genoeg vrienden? Heb ik genoeg geld? Wat verwachten anderen van mij? Doe ik genoeg leuke dingen? Ben ik uniek genoeg? Word ik wel gezien? Loop ik niet achter op de rest? Waar vind ik aansluiting en erkenning in mijn werk? Wie wil ik zijn? Wat is mijn identiteit? Waar word ik gehoord? Wat voor impact wil ik maken? Hoe kan ik de wereld verbeteren?

DE OPLOSSING

HET 'IN TUNE' MODEL

In tune met je loopbaan en levensloop. Verhoog je frequentie en en harmoniseer met je omgeving.

Stel je voor dat je je *levensmissie* vind en dat alle dingen die je doet je écht gelukkig maken. Dat je ontdekt waar je echt goed in bent en welke meerwaarde je bent voor je omgeving, zodat je in tune bent met jezelf en in harmonie resoneert met je omgeving.

Hoe zou het zijn als jij je eigen verhaal kent en het beste uit jezelf haalt in je loopbaan en levensloop? Dat je weet wat je komt halen en komt brengen. Je sterke -en ontwikkelpunten kent zodat jij écht jezelf kan zijn!

Honderden jongvolwassenen gingen je al voor en vonden door het **In Tune** model hun droombaan binnen 3 manden! Mijn bewezen methode is gebaseerd op de psychologie en no-nonsens spiritualiteit. *Net even wat dieper!*

BINNEN 3 MAANDEN JE DROOMBAAN

Fase 1 INTUNEN: *Wat speelt er?*

In deze fase kijken we waar je nu staat, waar je naartoe wilt en wat je in de weg staat bij je volgende stap. Want door te luisteren naar wat er nu speelt, ontstaat er ruimte om jouw geluid te laten horen.

Fase 2 INTERNALISEREN: *Wat is jouw geluid?*

In deze fase bevrijden we jouw blauwdruk. We duiden niet alleen wat voor werk er bij je past, maar ook welke rol je speelt, wat je wilt, en wie je in werkelijkheid bent.

Fase 3 INLUIDEN: *Waar wordt ik gehoord?*

Nu ben je klaar om de Bühne op te gaan of je in je huidige werk verder te ontwikkelen. Samen ontdekken we de juiste loopbaanstappen om jouw eigen geluid ten gehore te brengen.

Voor wie is coaching?

Je hebt zelf vast al van alles geprobeerd maar dit doeltreffende traject is voor twintigers (en dertigers) die bewuste keuzes willen maken in hun loopbaan. Als je dit leest hoor je tot die unieke groep die werk wil vinden dat écht bij je past, waarbij je iets moois kan bijdragen aan de wereld om je heen en een maatschappelijke bijdrage levert. Je vindt zingeving en groei belangrijk en gaat voor succes!

Wanneer ben je er klaar voor? Hoe lang wil je nog blijven waar je bent? Voel jij ook een JA?! Door te investeren in een coachingstraject vind je veel eerder je droombaan die je voedt en die jou financieel onderhoudt.

Wat levert het op?

- Een *vivid vision* van je toekomst
- Weten wat je volgende stap wordt
- Jezelf leren vertrouwen
- Erachter komen wie ben ik, wat wil ik en wat kan ik
- Meer bewustzijn en rust in je hoofd
- Een helder plan maken voor je toekomst
- Omgaan met keuzestress
- Jezelf laten zien en presenteren (sollicitatie)
- Keuzes maken die écht bij jou passen
- Leren omgaan met moeilijke situaties en emoties
- Nog meer uit jezelf halen
- Jouw mooiste leven vol geluk creëren





DE MUNCK COACHING

LOOPBAAN & LEVENSLLOOP

ONTDEK JE EIGEN GELUID
IN EEN WERELD VOL RUIS!



OVER MIJ: RAMON DE MUNCK

Ik weet nog goed dat ik als kind altijd al allerlei levensvragen stelde. Zo ontstond mijn drang naar kennis, wijsheid en de zoektocht naar je eigen volmaaktheid, om die persoon te zijn die we allemaal willen zijn. Op zoek naar een bepaalde eenheid in jezelf. Zonder je filters, maskers, compensatiegedrag, overlevingsmechanismen en twijfels. Zodat je gewoon veilig, open, spontaan en écht jezelf kunt zijn.

Als ervaren coach en toegepast psycholoog weet ik jouw krachten en talenten te vinden en concreet te vertalen naar je loopbaan en levensloop. Ik ben op deze wereld om mensen dichterbij zichzelf te brengen en hun te laten zijn wie ze werkelijk willen zijn (in hun levenswerk). Dit is belangrijk omdat het kwellend is om je eigen stem niet te horen en niet in lijn te zijn met jezelf want dan kan je je ware zelf verliezen. Ik kijk samen met jou hoe we jou zoveel mogelijk in je natuurlijke staat kunnen brengen, zodat je volledig vanuit jezelf je leven vorm gaat geven. Zo ben je in elke situatie trouw aan jezelf en creëer je mogelijkheden die écht bij jou horen. Je geeft gehoor aan je eigen geluid, *because you sound perfect just the way you are!* Door je geluid te kennen kom je in harmonie met jezelf en je omgeving. Dit geeft kracht, zelfvertrouwen, overvloed, geluk en rijkdom!