

Brochure

DE AUTHENTIEKE VROUW



SAMENWERKEN MET DIANA

Superleuk dat we elkaar binnenkort spreken tijdens de matchcall. De matchcall is bedoeld om te kijken waar jij op dit moment tegen aan loopt, waar je graag naartoe wilt en om te kijken wat de meest ideale weg voor jou is om daar te komen.

Diana



Ik ga tijdens het gesprek heel eerlijk tegen je zijn.
Als ik denk dat ik je kan helpen dan zal ik je uitleggen welke mogelijkheden hier met mij tot zijn.

Als ik denk dat mijn werkwijze niet passend is bij jou of jouw hulpvraag zal ik dat ook eerlijk zeggen, dan verwijst ik je door naar één van mijn collega's.

Wanneer je besluit om met mij te gaan samenwerken (uiteraard vrijblijvend) kun je kiezen uit 3 verschillende mogelijkheden. In deze korte brochure deel ik deze mogelijkheden alvast.

Mijn werkwijze: Master Your life is **zelfstandig te volgen** of door middel van een persoonlijke 1:1 begeleiding.

Om door alle fasen van de verandering te gaan ben je 3 maanden met Master Your Life bezig.

Uiteraard kun je er ook langer over doen, net wat passend is voor jou op dit moment.

IN 1 OOGOPSLAG



MASTER YOUR LIFE

€ 895

- zelfstandig te volgen
- inclusief livesessies + community

GOLDEN JOURNEY

€ 2750

- Alles van Master Your Life
- 3 maanden samenwerken
- 1-op-1 begeleiding

GOLDEN JOURNEY - DELUXE

€ 5500

- Alles van Master Your Life
- 3 maanden intensief samenwerken
- 1-op-1 begeleiding

MASTER YOUR LIFE

ZELF AAN DE SLAG

Wanneer je kiest om zelfstandig aan de slag te gaan met mijn werkwijze volg je elke dag (min 4x per week) mijn lessen. Deze lessen bevatten video's, opdrachten, visualisatie en geven je bergen aan inzichten. Je leert hoe jij je gedachten weer onder controle krijgt, waar je gedrag en patronen vandaan komt en hoe je deze kunt veranderen.

Klanten omschrijven Master Your Life als duidelijk, begrijpelijk, veel kennis en lekker praktisch toepasbaar.

Je werkt in je werkboek, zodat je aan het einde van deze 3 maanden een prachtige gebruiksaanwijzing over jezelf hebt geschreven. Het fysieke werkboek is onderdeel van het welkomstpakket dat inbegrepen zit bij Master Your Life.

Over de stok achter de deur hebben we nagedacht, zodat je echt aan de gang gaat én blijft. Je ontvangt een weekschema waarin alle lessen verdeeld zijn over 13 weken.

Ook ontvang je wekelijks een video van mij in je mailbox waarin ik uitleg wat het huiswerk van die week is.

Je kunt je vragen altijd stellen in de community. Dit is een online platform waarin ik persoonlijke je vragen beantwoord.

Ook kun je 2 keer per maand meedoen met de livesessie via Zoom. Waarin ik live je vragen beantwoord, je coach en je kunt leren van de andere deelnemers. Super waardevol om bij te zijn!

Op een rij:

- ✓ Direct en onbeperkt toegang tot Master Your Life
- ✓ Inclusief uitgebreid fysiek werkboek
- ✓ Inclusief elke twee weken een livesessies met live-coaching met Diana en de andere vrouwen
- ✓ Inclusief wekelijkse inspiratie video's en praktisch weekschema als stok achter de deur
- ✓ Inclusief toegang tot de Master Your Life Community voor vragen, support en motivatie
- ✓ Inclusief praktische visualisaties om je gedrag en gedachten blijvend te shiften
- ✓ Inclusief koelkastpapieren als dagelijkse herinnering en steun
- ✓ Gratis welkomstpakket met alle benodigdheden voor een succesvol traject.

€ 895,-

LIEVER 1-OP-1 AAN DE SLAG

Kies dan voor de Golden Journey of de Golden Journey Deluxe.

Bij beide gaan we samen 3 maanden aan de slag. Je wilt graag verandering en bent bereid om de diepere laag aan te kijken. We gaan samen verbanden leggen tussen je jeugd en je huidige struggles. Zodat je snapt waarom je nu doet wat je doet.

Je leert om keuzes te maken vanuit jezelf. Om je minder druk te maken over wat anderen vinden en meer bij jezelf te blijven.

Na 3 maanden heb je helemaal helder hoe het kan dat je vast liep. Je snapt jezelf eindelijk. Je kunt gedragingen bij jezelf herkennen én je weet hoe je ze moet veranderen. Ook weet je hoe je je gepieker moet stoppen en blijf je stevig staan in een gesprek met de ander.

Met alleen kennis kom je er niet. We gaan echt praktisch aan de slag zodat jij binnen enkele weken je eigen gedrag, op het juiste moment (dus niet 's avonds in bed) herkent.

Het is allemaal geen hogere wiskunde als je snapt waarom je nu doet wat je doet. Ik leer het je allemaal zodat je na ons traject niet alleen jezelf snapt of dingen herkent, maar er ook daadwerkelijk veranderingen zijn in je leven en gedrag.

Je zult merken dat je na 3 maanden anders op situaties reageert dan je nu doet. Maar ook dat je handvatten, een nieuwe manier van keuzes maken, hebt zodat je andere veranderingen die gaan komen, ook zelf aan kunt.

Ik geloof niet in jarenlange coaching om je problemen aan te pakken: ik leer je hoe je dit zelf kunt doen en kunt blijven doen.

Je kunt mij tussentijds contacten via Whatsapp met vragen, inzichten of wanneer je iets wilt delen. Ik werk met een maximaal aantal klanten per maand omdat ik echt naast je wil staan. Ik weet dus precies wie je bent en waar je op dat moment staat.

Na ons traject houd je ook onbeperkt toegang tot de community en de livesessies uit Master Your Life. Waar je, ook na een tijdje, gewoon je vragen kunt blijven stellen.

GOLDEN JOURNEY

OP EEN RIJ

Voor iedereen die liever met persoonlijke begeleiding op de diepere laag wil komen. Ik sta 3 maanden naast je, doe het graafwerk voor je én ben bereikbaar voor al je vragen.

- ✓ 3 maanden samenwerken
- ✓ Elke 2 weken een sessie
- ✓ Totaal 6x sessie van 1 uur
- ✓ Whatsapp begeleiding op ma, di, do
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life
- ✓ Tof welkomstpakket + fysiek werkboek
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life community
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life livesessie (2x pmnd)

€ 2750,-

GOLDEN JOURNEY

DELUXE

Bij de Golden Journey Deluxe zijn de consulten korter op elkaar, waardoor we nog sneller de diepte in gaan. Ook werk ik elk consult uit in aantekeningen die je na afloop digitaal ontvangt. Ook ontvang je een korte audio-samenvatting waarin ik nog even kort vertel wat we besproken hebben.

Dit hoort erbij:

- ✓ 3 maanden intensief samenwerken
- ✓ 1x kick-off sessie van 2 uur
- ✓ 9x sessie 1 uur
- ✓ Whatsapp begeleiding op ma, di, do
- ✓ Uitgewerkte aantekeningen en audio bericht
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life
- ✓ Tof welkomstpakket + fysiek werkboek
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life community
- ✓ Onbeperkt toegang tot Master Your Life livesessie (2x pmnd)

€ 5.500,-

TOT SNEL!

Tijdens de matchcall kijken we of er onderling een klik is en of mijn werkwijze de oplossing is voor jouw probleem. Daarna zal ik de mogelijkheden met je bespreken en kijken welke optie het beste bij je past.

Als ik denk dat mijn werkwijze niet geschikt voor je is, of wanneer er geen klik is, zal ik mijn best doen om met je mee te kijken welke collega uit mijn netwerk beter bij je past.

Tot snel, ik kijk er naar uit!

Lieve groetjes,

Diana

PS: vergeet niet om de verdiepingsvragen in te vullen voor de matchcall.

[Nog niet gedaan: klik hier!](#)

MEEST GESTELDE VRAGEN!

Wordt MYL of een traject vergoed door de zorgverzekeraar en/of werkgever?

Sinds 2022 zijn we gestopt met de contracten met de zorgverzekeraars. Wel kan en wil vaak een werkgever iets voor je betekenen. Neem eens contact op met afdeling HR om te vragen welke opleidingsbudget er voor jou is.

Op welke manier zijn de 1:1 gesprekken?

De 1:1 gesprekken zijn altijd online. Ik werk met een beveiligde online spreekkamer waarin alleen jij en ik de toegang hebben.

Is er een wachtlijst?

Je kunt vaak binnen 1 - 1,5 maand starten. Ik neem elke maand een beperkt aantal nieuwe trajecten aan. Hierdoor weet ik precies wie wie is, wat je overtuigingen zijn en hoe je familiesysteem in elkaar zit. Ik wil echt naast je staan tijdens dit traject.

Gemiddeld gezien zul je een aantal weken moeten wachten voordat je kunt starten. Soms heb je geluk en kun je al binnen korte tijd starten. Vraag mij tijdens het gesprek naar de actuele wachttijd.

Overigens hoeft wachten geen enkel probleem te zijn, je kunt namelijk gewoon alvast direct beginnen aan de lesstof van Master Your Life.

Op welk moment zijn de gesprekken?

Mijn werkdagen zijn maandag, dinsdag, en donderdag. De gesprekken zijn altijd in de ochtend. De gesprekken van de Golden Journey Deluxe zijn de eerste twee maanden elke week. De gesprekken van de Golden Journey zijn om de week in de oneven weken.

Ik zit in een burn-out, is het wel handig om nu te starten?

Wanneer je geen enkele energie hebt is het niet zinvol om mee te doen aan MYL. Zodra je merkt dat je energie hebt om 20 minuutjes per dag hiermee bezig te kunnen zijn, is het haalbaar om mee te doen.

Veel vrouwen zijn juist enorm geholpen met MYL tijdens hun burn-out. Door jezelf daadwerkelijk te leren kennen, kun je ook gelijk de patronen die ervoor gezorgd hebben dat je in je burn-out terecht bent gekomen, aanpakken.

Ik ga het niet heel stellig zeggen, maar er zijn vele vrouwen je voorgegaan die uit hun burn-out zijn gekomen dankzij MYL.

Meer vragen?

Tijdens de matchcall is hier ruimte voor. Eerder al iets weten? Mail ons dan gerust even!