

CURRICULUM VITAE van Kees-Jan Arjan Steenbergen



Kees-Jan Arjan Steenbergen (1958) is zelfstandig coach en reïntegratietherapeut, gespecialiseerd in burn-out problematiek. Na een zeer gevarieerde loopbaan als computer deskundige en 15 jaar lang als zelfstandig ondernemer werkzaam te zijn geweest, ben ik mij gaan bezig houden met bewustzijnsontwikkeling. Na een 5 jarige opleiding bewustzijnsontwikkeling (vergelijkbaar met contemplatieve psychologie bij instituut [Move a Mountain](#)) ben ik gestart met een eigen praktijk om anderen te helpen ook meer bewust te worden van zichzelf en van hun omgeving.

Personalia

Naam	Kees-Jan Arjan Steenbergen
Woonplaats	Apeldoorn
Bereikbaar	telefoon: 06 – 28 57 30 16 055 – 542 56 90 (privé)
	e-mail coaching@tocare.eu
	website www.tocare.eu
	post Winkewijertlaan 15, 7334 CG Apeldoorn

Opleiding

Velerlei management-, communicatie en bewustzijnstrainingen w.o. 5-jarige bewustzijnstraining met opleiding tot bewustzijnstrainer / coach (3 jaar)

Werkervaring

Sinds 2004 zelfstandig gevestigde praktijk voor bewustzijnsontwikkeling *ToCare* gespecialiseerd in persoonlijk en management coaching, zie www.tocare.eu

Waarom coaching

In iedere mens zit een geweldige potentie. Ieder mens heeft een eigen set aan unieke gaven, talenten en kwaliteiten. Vaak echter lijken deze diep verstopt te liggen. Stel je nu eens voor dat je bereid bent aandacht te geven aan dat wat er zich diep in jezelf afspeelt en dat je dat in de wereld gaat zetten. Hoe zou dat zijn? Hoe zou het zijn om kennis te maken met veelal onbewuste krachten en energieën in jezelf en die tot een harmonieus en prachtig samenspel te brengen. Net zoals een dirigent dat doet als hij zijn musici aanstuurt om de melodie, waarvan hij weet hoe die moet klinken, samen ten gehore brengt. Dan ga je leven vanuit je eigen kern, grondtoon of waarheid, leven vanuit je hart. Je laat je niet meer bepalen door wat men vindt of denkt, maar leeft vanuit je eigen innerlijke wijsheid. Dat geeft enorme vrijheid en zelfvertrouwen

Werkwijze

De werkwijze is geïnspireerd op ontwikkelingspsychologie, contemplatieve psychologie, [zijnsoriëntatie](#), psychosynthese, bio-energetica en [familieopstellingen](#).