

PERSONALIA

Mr. Ellen (E.M.) Proost
Koningin Julianalaan 49
3738 VB Maartensdijk
Tel. 06-29092685
info@proostcoaching.nl
www.proostcoaching.nl

Geboren op 4-12-1965
te 's-Gravenhage

Gehuwd en 2 dochters



WERKERVARING

ProostCoaching

Eigenaar en gecertificeerd coach Senior Practitioner NOBCO/EMCC (i.s.m. andere professionals).

2007-heden

Werkzaam als trainer/procesbegeleider/coach voor medezeggenschap van:

2015-heden

- Ondernemingsraden van organisaties uit Europoort Rotterdam
- Verpleegkundige adviesraden van verschillende ziekenhuizen

Werkzaam als organisatiecoach/procesbegeleider voor teams, afdelingen en organisaties, gericht op het begeleiden van medewerkers, teams en afdelingen naar meer professionaliteit, regie en effectieve samenwerking in een veranderende omgeving:

2010-heden

- Teamtransitietrajecten (tot zelfsturing en -organisatie)
- Teamcoaching en -ontwikkeling
- Procesbegeleiding bij conflicten
- Verandertrajecten gericht op samenwerking en communicatie tbv fusie, reorganisatie ea
- Intervisiebegeleiding voor managers, specialisten, psychologen, post-docs, aio's ea

Werkzaam als individuele coach:

2007-heden

- Authentiek leiderschap
- Loopbaancoaching
- Persoonlijk leiderschapontwikkeling
- Persoonlijke effectiviteit
- Coaching bij stress/burnout
- Verlies- en rouwverwerking

Resation

2013-2017

In samenwerking met andere professionals uit verschillende disciplines is het ontwikkelingsmodel 'Cirkel van Overleven en Beleven' tot stand gekomen en verder doorontwikkeld. Het model vergroot het bewustzijnsniveau omtrent overleven en beleven en dat waar het in de kern echt om gaat. Het geeft je op verrassend eenvoudige wijze inzicht waar je nu bent in relatie tot jezelf, de ander, het team, de organisatie en hoe je patronen kan doorbreken met meer vrijheid en eigen regie.

FNV Formaat

1998-2008

FNV Formaat is een onafhankelijke stichting, gespecialiseerd in training, coaching en advies voor ondernemingsraden en vakbonden. De functies bij FNV Formaat zijn achtereenvolgens geweest:

- a) Trainer/coach van ondernemingsraden- en leden in Non-profit (met name de Zorg)
- Trainingen en coaching in persoonlijke ontwikkeling, effectief communiceren en vergaderen, strategisch onderhandelen, conflicthantering e.a.
- Intervisietrajecten en teamcoaching op gebied van veranderingsprocessen, effectieve samenwerking en communicatie, teambuilding e.a.;
- Procesbegeleiding bij expertmeetings, brainstormbijeenkomsten RvB, MT's, OR-en en vakbonden

2002-2008

- b) Mede-ontwikkelaar Competentieontwikkeling voor leden van DB van OR-en
- Leergang 'Strategisch sturing geven' voor DB-leden van OR-en uit de Zorg is een Jaaropleiding op HBO-niveau gebaseerd op competentiegericht leren

2005-2008

- c) Trainer/adviseur vanuit juridische specialisatie, arbeidsvoorwaarden en arbeidsomstandigheden voor ondernemingsraden en vakbondsleden

1998-2002

Advokatenkollektief, Bureau voor Rechtshulp en andere organisaties

1989-1998

- a) Advocaat-stagiair Advokatenkollektief Utrecht
- Juridisch belangenbehartiger/adviseur van ondernemingsraden, vakbonden, individuele werknemers en vakbondsleden (individueel en collectief arbeidsrecht)

1996-1998

- b) Werkzaam als zelfstandig juridisch opleider/trainer bij diverse organisaties
- Verzorgen van cursussen en begeleiden van groepen op het gebied van arbeid, sociale zekerheid en (juridische) hulpverlening; soms ook als mediator

1994-1998

- c) Juridisch medewerker Buro voor Rechtswinkel Haarlem
- Juridisch belangenbehartiger van individuele werknemers en uitkeringsgerechtigden

1994-1996

- d) Tijdens studie Rechten juridisch medewerker
- Sociaal raadvrouw bij Stichting Informatiewinkel West-Utrecht

1991-1992

- e) Medewerker sectie Arbeid en Sociale zekerheid Rechtswinkel Utrecht

1989-1992

CURSUSSEN/WORKSHOPS

2018-2022	- Cursus Boeddhistische filosofie en meditatie bij Stichting Bodhisattva	
2012-2022	- Verschillende workshops vanuit Nederlandse Orde van BeroepsCoaches (NOBCO/EMCC) als geaccrediteerd Senior Practitioner	
2017	- Verdiepingsworkshop organisatieopstelling bij Elly te Brake	(10dd)
2016	- Verlies- en Rouwverwerking + Stervensbegeleiding van De Vrije Mare	(16dd)
2015	- Basiscursus Psychopathologie volwassenen van de RINO-groep te Utrecht	(10dd)
2013-2014	- Diverse cursussen Pall.Terminale Zorg van Hospice Zeist + Hospice Hilversum	(10dd)
2012	- 'Diepere dimensie achter dementie en andere ziektebeelden' van De Vrije Mare	(10dd)
2011	- 'Beziel Ouderschap' van Stichting Het Vrije Veld te Mantinge	(16dd)
2010	- 'Beziel Leiderschap' van Stichting Het Vrije Veld te Mantinge	(16dd)
2009	- 'Beziel Trainen en Coachen' van Stichting Het Vrije Veld te Mantinge	(16dd)
2008	- 'Loopbaancoaching' van Adviesbureau Hoogendijk te Driebergen	(16dd)
2007	- 'De innerlijke coach' van (Centrum voor Intuïtieve Ontwikkeling) te Utrecht	(8dd)
2006	- 'Intervisiebegeleiding' voor trainers/coaches van FNV Formaat	(8dd)
2005	- 'Transactionele Analyse' voor trainers/coaches van FNV Formaat	(8dd)
2004	- 'Groepsdynamica' voor trainers/coaches van FNV Formaat	(10dd)
2003	- 'Associatieve technieken' van de School voor Coaching te Leiden	(7dd)
2003	- 'Teamcoaching voor professionals' van de School voor Coaching te Leiden	(8dd)
2002	- 'Minding the body' bij Barbara Witney van het IEP te Nijmegen	(5dd)
2001	- 'Train de trainers' bij het IEP te Nijmegen	(8dd)

OPLEIDINGEN

Leergang Systemisch Werken voor Professionals		
2012-2013	'Systemisch werken' van Centrum voor Zijsoriëntatie te Zeist door Elly ter Brake	(35dd)
	Systemisch werk binnen teams/organisaties en binnen één-op één-begeleiding	
Trainingen 'Aandacht voor Echt'		
2008-2012	'Aandacht voor Echt' trainingen van Stichting Aandacht voor Echt te Mantinge	(50dd)
	2 X 2-daagse verdiepingstrainingen mbt leven- en zingevingsvraagstukken	
Jaartraining Zijsoriëntatie		(42dd)
2005-2006	'Rusten in Zijn, doen wat je werkelijk wilt' van Centrum voor Zijsoriëntatie te Utrecht	
	Jaartraining in het zijsgeoriënteerde denken, leven en werken	
Leergang Coaching voor Professionals		(38dd)
2001-2002	'Het begeleiden van zingevende en resultaatgerichte veranderingsprocessen' van de School voor Coaching te Leiden (opleiding tot coach)	
NLP-Practitionersopleiding		(58dd)
2000-2001	NLP-opleiding (Neuro-Linguïstisch Programmeren) bij het IEP te Nijmegen	
	Opleiding tbv het optimaliseren van communicatieve en coachingsvaardigheden	
Jean Jenson 'Op weg naar je ware zelf' + Past Reality Integration van Ingeborg Bosch		(45dd)
1998-1999	Zelfstudie, deels onder begeleiding van een Jenson-supervisor te Amsterdam	

Beroepsopleiding Advocatuur van de Nederlandse Orde van Advocaten te Den Haag	1997-1998
Beroepsopleiding Sociaal Recht van de Opleidinginstituut Sociaal Recht te Utrecht	1995-1996
Studie Nederlands Recht aan de Rijksuniversiteit te Utrecht, Sociaal- en Privaat Recht	1986-1993
Studie Psychologie aan de Rijksuniversiteit te Utrecht (propedeuse)	1986
Middelbare school Gymnasium B aan het Gymnasium Ceeleum te Zwolle	1978-1985

NEVENACTIVITEITEN

Initiator Stichting Behoud Slagenlandschap gemeente De Bilt	2020-heden
Coach/procesbegeleider van rouw- en verliesgroepen gemeente De Bilt	2016-heden
Initiator en procesbegeleider project 'Kostbare van ouder worden' gemeente De Bilt	2014-heden
Verzorgen Oecumenische vieringen en nabestaanden vieringen gemeente de Bilt	2014-2019
Verzorgen Woord- en Communievieringen vanuit WoCogroep Sint Maartenskerk	2012-2019
Initiator en coördinator boek Stilte in het Hart + Lezing Stilte in het Hart	2010-2013
Initiator en voorzitter Stichting Help Mabel (auto-immuunziekte Behcet)	2010-2013
Initiator + meditatiebegeleider Stilte- en Meditatiegroep Maartensdijk/de Bilt	2008-heden
Reizen intern (ervaren en leren van het leven) en extern (vòòr 'de dochters': India, Nepal, VS, IJsland, e.a.)	