

Hans Velders

Oprichter van de Bronacademie · Traumatherapeut · Trainer & coach

Ik geniet het meest wanneer ik leef vanuit ‘Flow & Alignment’. Het is mijn passie en levensdoel mensen te helpen goed in hun lichaam te komen. En hen zo te helpen bij het creëren van meer ‘flow’ en alignment in hun leven.

Over Hans

Bewustzijnsontwikkeling en de praktische toepassing daarvan, daar gaat het voor mij om. ‘Wakker worden’ en vanuit je ‘wezen’ gaat leven, dat gun ik iedereen. Ik besef dat we allemaal een vorm van aanpassing hebben moeten maken, echter als je doorgroeit, ontdek je dat vrijheid in jezelf en in verbinding zijn met anderen goed kunnen samengaan. Je krijgt al doende meer zelfkennis doordat je herkent welke mensen bij je passen en welke minder of niet. Ik ben gespecialiseerd in het lichaam vrijmaken van blokkades en in het overstijgen van ontwikkelingstrauma, wat ik liever een ontwikkeltekort zou willen noemen.

Waar het mij om gaat is dat je weer op één lijn komt met jezelf vanuit je denken, je gevoel en met je lichaam.

Werkervaring

Ik werk sinds 2006 als traumatherapeut en mijn hele loopbaan zit ik in vakgebieden waarin ik zowel de mens als de professional mag ontwikkelen. Ik ben begonnen als loopbaanbegeleider/trainer bij AKZO Nobel en daarna gaf ik gesprekstrainingen in call centers (HP, banken en telefoonproviders). Vervolgens ben ik als ZZP-er gaan samenwerken op het gebied van teamontwikkeling en cultuurintegratie binnen bedrijven. In 2012 heb ik met anderen een bedrijf opgezet waarin mensen hun diepste verlangens ontdekken zodat ze werk vinden dat écht bij hen past. Inmiddels heb ik 10 jaar ervaring in het werken met trauma's. Niet alleen 1:1 maar ook door het lesgeven in het vak traumatherapie op twee 4-jarige therapeutenopleidingen. De kennis die ik heb opgedaan bleek bij coaching ook heel bruikbaar. Dit bracht me in contact met de school voor Coaching. Binnen hun leergang leer ik de deelnemers wat de rol is van het lichaam in coaching.

Opleidingsachtergrond

- Assistenten opleiding - Somatic Experiencing (2009 - 2011).
- Somatic experience opleiding (2005 - 2007).
- De opleiding van Joanne van Wijgerden (2005) - Healingarts.nl
- Medische basiskennis (2004) - Hogeschool voor natuurgeneeswijzen.
- Familieopstellingen (2002 - 2004) - Hellinger institut Landshut.
- Barbara Brennan School of Healing (1998 - 2002) - U.S.A.
- Train de trainer (1996 - 1997) - Schouten en Nelissen, Zaltbommel
- Omni Healing Science (1993 - 1996) - Corey van Loon.
- HBO Personeel en organisatie (1988 - 1992).
- Atheneum (1986).

Cursussen

- Internal Family Systems (IFS) Richard Schwartz (2021)
- Innerlijke familie - Arienne Kleijn (2015)
- Resolving prenatal trauma (2013), Dr. William Emerson
- Healing heart pain - (2013) Dr. Radja Selvam, SE trainer & therapist
- Prenatal traumaresolution I, en II, (2007) - Dr. Radja Selvam, SE trainer & therapist
- Post traumatic stress & resonance - (2006) - Dr. Radja Selvam, SE trainer & therapist
- Energie en identiteit (2005) - Larry Heller, SE trainer & therapist
- Transformatie van schuld en schaamte (2005) - Larry Heller, SE trainer & therapist
- Karakterstructuren I, II en III (2004) - Larry Heller, SE trainer and therapist
- Advanced relationship healing (2004) - Dean Ramsden - U.S.A.
- Train de trainer (1997 - 1998) - Schouten en Nelissen, Zaltbommel
- Groepsdynamica (1995) - Schouten en Nelissen, Zaltbommel
- Hypnotherapie (1995) - Centre of psychotherapy, Kopenhagen
- NLP master (1995) - International NLP - Florida
- Opleidingen maken (1994) - Schouten en Nelissen
- NLP practicioner (1992) - International NLP - Florida

Testimonials

'Ik ben veel trouwer geworden aan mijn lichaam. Emoties die je ervaart moet je lichaam kunnen afhandelen. Praten over je gevoelen en het daadwerkelijk voelen zijn namelijk twee verschillende dingen'.

Marianne van Alphen – Sr. Adviseur Tormak groep

Technologisch innoveren gaat sneller en beter als je ook aandacht besteed aan persoonlijke ontwikkeling. Je lichaam is daarin een belangrijke sleutel. In deze training zit alles wat je nodig hebt.

Casper Smeets - Oprichter 7D

‘Het lichaam gaat voor bij taal. Door samen een veld te vormen wordt een grotere beweging op gang gebracht die niet alleen de vraagsteller dient, maar de hele groep. Ik raak er steeds meer van overtuigd dat meer praten niet meer biedt, samen lichamelijk ervaren des te meer. De cursus heeft de vermogens die die ik op het sensitieve en intuïtieve vlak heb, vergroot. Daarmee kreeg ik ook meer handvatten hoe dit in te zetten in mijn vak’.

Anne Marie van der Wiel – Trainer en Coach, Kessels en Smit

Ook ik ben opgegroeid in deze cultuur waarin ik geleerd heb om mijn hoofd te gebruiken en mijn hoofd erbij te houden. Het lijkt wel of ik daardoor vergeten ben dat het lichaam de bijzondere intelligentie heeft om zich zelf te reguleren. Als ik als kind van mijn fiets viel, ‘dacht’ ik die kniewond toch ook niet dicht? Dat heelde van zelf. Toch gebruik ik voor het reguleren van allerlei processen in en om mij heen zoveel mijn hoofd, dat het juist een handrem op mijn levensenergie was. Terwijl ik best bekend sta als fit en vitaal, zat er dus veel meer in. Uitdagingen brachten stress, die als zorgen in mijn hoofd heen en weer bleven kaatsen. Hans Velders is voor mij een uitstekende loods geweest om mijn denken te leren faciliteren in plaats van te laten sturen. Hij heeft hierdoor mijn lichaamsintelligentie weer in lijn weten te brengen met mijn intuïtie, voelen en denken. Hierdoor kan ik veel helderder met uitdagingen omgaan en daarmee gepaarde ladingen en golven door mijn lichaam laten afhandelen.

René Obbes - programmamanager Strategie Strukton Rail

Ik coach mensen en ik leid mensen op om zelf professioneel te kunnen coachen. Een goede coach blijft leren en zichzelf ontwikkelen en zo nodig zichzelf laten coachen. Ik heb onlangs zelf een workshop gedaan bij Hans waarin we o.a. gewerkt hebben met de methode van Peter Levine (Somatic Experience). Hans is een heel plezierige begeleider hij is in staat om je heel goed te faciliteren en moeiteloos door processen heen te helpen. Hans werkt met liefde en humor. Het was erg mooi om te ervaren dat je lichaam zelf wel weet wat er nodig is. Ik kon tijdens de sessie veel spanningen loslaten waardoor er weer meer ruimte ontstond voor wie ik eigenlijk in essentie ben. Ik ben nu vrijer om mijn rol in te vullen zoals ik dat zelf wil. Het werken met het lichaam is een mooie aanvulling voor de coach die meestal vooral gebruik maakt van het gesprek.

Rebecca ter Voort - Sr. trainer/coach

Ik vond het een verademing dat ik bij Hans Velders niet hoefde te praten. Het via mijn lichaamsbewustzijn ontwikkelen van mijn gevoel, en zo beter in contact komen met mijzelf, was een bevrijdend proces. Het idee dat ik niet mijn best hoefde te doen en eenvoudig mocht voelen/zijn was nieuw. Ik heb nare ervaringen uit het verleden losgelaten/omarmd (het is maar hoe je er naar kijkt). Ik ben privé en zakelijk steviger en krachtiger geworden. Ik heb de indruk dat Hans heel goed in staat is om persoonlijk maatwerk te leveren. Hans gaat heel effectief te werk en een paar aanwijzingen waren in mijn geval voldoende om een groot verschil te maken. Ik voel mij een completer mens sinds ik bij hem ben geweest. Vrijer van blokkades. Ik denk er met plezier aan terug.

Marlies Visser - Manager

Ik zal het toegeven: mijn eerste ontmoeting met Hans was doorvlochten met vooroordelen. Mijn houding had iets in de trend van: "...daar gaan we weer met het zoveelste alternatieve verhaal en aanpak rondom leiderschap" - maar het tegendeel was waar: mijn aandacht werd meteen gegrepen door een man met visie, met jaren van ervaring en een dijk van ervaring en inhoud. Alles wat Hans zegt is te staven - en het klopt. Hans is voor mij de Wetenschapper op het gebied van Leiderschap; op zakelijk zowel als persoonlijk gebied. Bijzonder, open, eerlijk. Wie Hans ontmoet, zal dit meteen herkennen.

Peter Milovic - CEO, Sr. Crisis Manager & Expert in Leiderschap RTL-Z

Als directeur maak ik ook zelf sinds het begin gebruik van de diensten van Hans Velders. Voor mij staan reflectie, persoonlijke groei in relatie tot organisatie groei centraal. Ik heb geleerd dat het goed is om met regelmaat een onderhoudsbeurt te geven aan je fysieke, geestelijke en spirituele kant van je mens zijn. Bij Hans Velders kan dit, terwijl ook het zakelijke aspect van de onderneming niet uit het oog verloren wordt.

Geert Robben - directeur Born-Bouwopleiding

Ik heb Hans via een collega van het adviesbureau waar wij beiden als adviseur in de zorgsector werkten, leren kennen. Haar ervaringen sloten goed aan op wat ik ook bij mij zelf ontwaarde: het missen van authenticiteit in mijn werk en daarmee ook het bij mijzelf blijven in mijn rol als adviseur en interim manager. Hans heb ik ervaren als een doelgerichte begeleider die op een meesterlijke wijze kennis bezit over ons brein en de interactie met ons lichaam. Deze kennis gebruikte hij om mijn ervaringen tijdens en na de sessies duidelijk te maken wat mijn lichaam mij op dat moment vertelde. Het heeft mij geholpen om weer in contact met mijn lijf te komen en meer van uit mijn persoon dan van uit mijn rol te gaan werken. Ik heb mede door Hans steeds meer afscheid genomen van de rol van de harde interim manager en ben veel meer gaan luisteren naar het verhaal achter de opdracht: wat wil een organisatie werkelijk, waar willen medewerkers echt naar toe? Hans weet een sfeer te scheppen die bijzonder vertrouwelijk is en na afloop erg verkwikkend aanvoelt, zodat je met de opgedane energie weer goed verder kunt op het levenspad.

Ron Rietman - Interim manager zorgsector

Hans Velders heeft me via de Somatic Experience methode geleerd veel meer in contact te zijn met m'n lichaam en hoe het energie kan geleiden en spanningen kan afvoeren van zowel jezelf en anderen. Hij heeft me laten zien dat het lichaam veel intelligenter is dan het hoofd. Als manager ben ik meer geaard en ga ik op een andere manier om met stress. Ik vertrouw op de kracht en de rust van mijn lichaam.

Mirjam Kop - Manager NS Rail

Hans is one of the best trainers I have ever used. He combines intuitive insights with practical details. Sometimes I have to leave my rational, analytical mind behind - but the benefits are clear.

Nicholas Parrott - founder Textualhealing.com

Ik ervaarde een andere staat van zijn en werd me diep bewust van mijn eigen lichaam. Met de cursus van Hans beleef je de ongelofelijke en ongekende mogelijkheden van je eigen lichaam. Bedankt Hans, je workshop is 'life changing' en je doet het op een mooie en zuivere manier.

Irene Dorré - financieel directeur Directzorg

Al heel lang worstelde ik met bepaalde levensthema's. Ik was er zo op gefocust dat ik niet meer de juiste afstand had om de problemen helder te krijgen, niet meer tot inzichten kwam en me blind staarde op een muur die ik niet afgebroken kreeg. De kracht van Hans is dat hij je problemen in een ander perspectief plaats, je op een andere manier naar je thema's laat kijken. Alsof hij je spotlicht verplaatst zodat je opnieuw kunt focussen en richting krijgt in je persoonlijke groei. Dankzij Hans heb ik ontdekt dat ik geen muur hoef af te breken, hij heeft me geholpen om de opening in de muur te vinden zodat de uitweg helder werd.

Marina Wijnands

"Je leert de rol van je lichaam kennen en komt letterlijk beter in je vel te zitten. Een eye opener!"

Ans Tros, oprichter van de School voor Coaching