



Thalia Van Geit: hoe je hoofd, hart en buik je gids worden in leiderschap

Inleiding

In deze aflevering van *Elk stapje telt* spreekt Geert Hoffbauer met Thalia Van Geit, oprichter van Alma Libre. Ze deelt haar visie op persoonlijk leiderschap en hoe echte verandering begint van binnenuit – met durven voelen, keuzes maken die kloppen, en loslaten wat niet (meer) dient.

Vanuit haar ervaring als transformatiecoach begeleidt Thalia individuen en teams naar een vorm van leiderschap waarin hoofd, hart en buik samenkomen. Een gesprek over stilte toelaten, vertrouwen op timing, en jezelf toestaan om te kiezen voor wat je écht gelukkig maakt.

Inhoudstafel

Introductie en welkom – 0:00

Thalia's missie met Alma Libre en haar eigen transformatiepad – 0:50

Wat is persoonlijk leiderschap? Over keuzes, voelen en vertrouwen – 3:40

Durven gaan voor wat klopt, ondanks verwachtingen – 9:03

Leiderschap vanuit hoofd, hart en buik: hoe voelt dat écht? – 14:57

Werken met individuen en teams: wie Thalia begeleidt en hoe – 20:28

Vertrouwen op divine timing en het belang van bereidheid – 24:27

Oproep: doe wat je gelukkig maakt, en doe het nu – 28:24

Afsluiting en uitnodiging tot reflectie – 32:54

Kerninzichten per hoofdstuk

Thalia's missie met Alma Libre en haar eigen transformatiepad (0:50)

Thalia vertelt hoe ze tot het oprichten van Alma Libre kwam na een diep persoonlijke bewustwording. Ze beseftte dat haar leven extern gezien klopte, maar intern niet meer resoneerde. Dat moment werd het startpunt van een traject waarin ze haar eigen pad ging volgen en anderen helpt hetzelfde te doen.

Wat is persoonlijk leiderschap? Over keuzes, voelen en vertrouwen (3:40)

Voor Thalia begint persoonlijk leiderschap bij bewust kiezen. Niet vanuit het hoofd, maar vanuit wat je echt voelt. Stilte en zelfreflectie zijn daarbij essentieel. Ze benadrukt het belang van 'ont-moeten' en jezelf toelaten om te ontdekken wat jij nodig hebt – los van externe verwachtingen.

Durven gaan voor wat klopt, ondanks verwachtingen (9:03)

Authentieke keuzes botsen vaak met wat anderen verwachten. Thalia deelt hoe zij leerde om los te laten en vertrouwen te hebben in haar eigen richting. Ze verwijst naar het 'let them'-principe: anderen mogen denken wat ze willen – jouw pad is van jou.

Leiderschap vanuit hoofd, hart en buik: hoe voelt dat écht? (14:57)

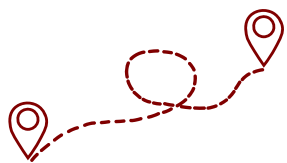
Leiderschap dat vertrekt vanuit hoofd, hart én buik is krachtiger en duurzamer. Thalia legt uit hoe deze drie 'intelligenties' samenwerken en hoe je ermee kunt leren afstemmen. Denken, voelen en intuïtief weten komen zo in balans en zorgen voor authentieke keuzes.

Werken met individuen en teams: wie Thalia begeleidt en hoe (20:28)

Thalia werkt met wie bereid is om écht naar binnen te kijken. Ze begeleidt zowel individuen als teams via systemisch coachen, opstellingen en retreats. Haar aanpak is zacht maar diepgaand, en nodigt uit tot transformatie op verschillende niveaus van leiderschap.

Vertrouwen op divine timing en het belang van bereidheid (24:27)

Verandering laat zich niet forceren. Thalia deelt hoe ze zelf leerde om het proces te vertrouwen en hoe je als leider geduld en vertrouwen kunt cultiveren. Het gaat niet om sneller willen gaan, maar om voelen wanneer iets rijp is.





Oproep: doe wat je gelukkig maakt, en doe het nu (28:24)

Tot slot moedigt Thalia iedereen aan om niet langer te wachten met leven volgens hun ware zelf. Vrijheid begint bij jezelf – bij de kleine stappen die je elke dag kunt zetten richting wat klopt voor jou.

Afsluiting en uitnodiging tot reflectie (32:54)

Geert en Thalia blikken terug op het gesprek. Er is ruimte voor rust, dankbaarheid en het belang van vertragen. Een warme afsluiter die uitnodigt tot zelfonderzoek en actie.

Meer weten?

Wil je meer weten over Alma Libre of contact opnemen met Thalia Van Geit?

www.alma-libre.eu of LinkedIn: [Thalia Van Geit](#)

