

Een reis door je leven

Vanuit eigen ervaring weten we hoe bijzonder en verrijkend het is om jezelf te ontdekken en te zijn. Wij gunnen het iedereen deze reis aan te gaan. Ga met ons op reis in de zoektocht naar wie je bent, hoe je zo geworden bent en wat je kunt doen om je leven ten volle te gaan leven en de energie meer te laten stromen. Op elk moment in je leven kun je de stap nemen om te groeien en de uitdagingen aan te gaan. Wij sluiten daarom niemand uit en iedereen in. Wij verrassen je door vanuit verschillende invalshoeken te laten ervaren *hoe je weer volledig jezelf kan worden*.

Je bent wie je bent door alles wat je in dit leven hebt meegemaakt. Het heeft je altijd iets gebracht en iets gekost. Je lijf weet en vertelt je alles, als je er goed naar leert luisteren en voor gaat zorgen. Alle herinneringen zijn in ons lichaam opgeslagen, zowel positief als negatief, zowel bewust als grotendeels onbewust. En juist deze onbewuste herinneringen geven soms reacties of gedragspatronen die tegengesteld zijn aan wat we echt zouden willen. De herinneringen hebben dus invloed op de keuzes die je maakt. En het mooie is dat je er iets mee kunt. Leer ze herkennen en zet ze naar je hand dit is de weg naar heel worden.

Het verdiepingsprogramma “een reis door je leven” laat je werkelijk op reis gaan, de bestemming staat vooraf niet vast.

Doel:

Met dit programma kom je voluit in je leven te staan, je haalt je ware persoonlijkheid en essentie naar boven en leert hier weer dagelijks mee te leven. Je komt weer thuis bij jezelf en brengt lichaam en geest in balans. Zowel op het persoonlijke en professionele vlak kom je steviger in het leven te staan doordat je weer toegang krijgt tot je volle potentie. Anderen en jijzelf gaan je meer waarderen als een fijne partner, professionele collega, betrokken en empathisch leider of manager, een warm en betrokken mens.

Basisthema's

1. Loyaliteit
2. Plek van herkomst en eigen plek in systemen
3. Werken met verlangen
4. Identiteitsontwikkeling
5. Schaduwkanten
6. Schuld en schaamte
7. Lichaamswerk
8. Patronen/scripts
9. Communicatiepatronen vanuit transactionele analyse

Dit programma is zeker iets voor jou wanneer jij

- ✓ meer vanuit verbinding met jezelf, je eigen gevoel, wilt leven en werken,
- ✓ een stevige impuls wilt geven aan jouw persoonlijke en professionele ontwikkeling
- ✓ de regie over je eigen leven weer in handen wilt krijgen,
- ✓ weer vanuit je HART in plaats van vooral HARD wilt werken,
- ✓ iets waardevols wilt toevoegen met wat je doet en zin wilt geven aan je leven
- ✓ merkt dat je steeds weer in je eigen valkuilen stapt en daar graag van af wilt

Begeleiding

8 contactdagen, losse dagen, ongeveer iedere maand een dag.
2 individuele intuïtieve coachsessies.

Daarnaast stimuleren we het werken met andere deelnemers in intervisiegroepjes. Dit zijn momenten die je tussen de bijeenkomsten door met elkaar kunt plannen. De intensiteit en duur bepaal je zelf en met elkaar.

Omdat het vertrekpunt van deze reis voor iedereen verschillend is zal de eindbestemming ook verschillen. Sommige mensen zullen na deze reis verder willen met begeleid reizen en een vervolgprogramma willen volgen. Anderen gaan zelf verder of kiezen andere vormen van ontwikkeling.

Werkwijze

Onze aanpak kenmerkt zich doordat we persoonlijke en professionele ontwikkeling nauw met elkaar verbinden. We werken op de laag van identiteit. Vandaar uit maken we de verbinding naar andere lagen zoals; zingeving, overtuigingen, vaardigheden en gedrag.

Dit doen we door gebruik te maken van diverse stromingen waaronder; systemisch werken en (familie/organisatie)opstellingen, Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP), Transactionele analyse, trauma en verlies, energetisch werken, lichaamswerk.

Kosten

€ 1500,00 exclusief BTW, optionele literatuur/boeken en inclusief digitale syllabus.
Voor koffie, thee en water wordt gezorgd. Locatie Den Dolder

Zie voor de data de aanmeldpagina.