

Werken aan de relatie met je partner!

Iedere relatie worstelt na ziekte/burn out/een ongeluk met onmacht. Je wilt dat alles weer “normaal” is, dat je zonder zorgen kunt genieten van elkaar en dat je met vertrouwen naar de toekomst kunt kijken.

Echter...op dit moment is niets meer wat het was.

Je bent volledig in vertwijfeling:

Houd ik nog wel van hem/haar?

Hoe lang gaat deze chaos allemaal nog duren?

Er is een ander in het spel gekomen en nu weet je niet meer of je met hem/haar verder wilt?

Je weet niet meer hoe je met je partner kunt praten: elk gesprek resulteert in irritatie en onbegrip.

Ofwel:

Hoe kom je Van Onmacht Naar Kracht (V.O.N.K) in je relatie? Dat heb ik vormgegeven in een boek en een praktische (online) training.

Door de VONK terug te vinden in jullie relatie kunnen jullie gaan werken aan een nieuw fundament waardoor je je echt & opnieuw kunt verbinden met de ander. Deze methode combineert verschillende theorieën en disciplines met elkaar en gaat uit van de veerkracht die ieder mens en iedere relatie in zich heeft.

Graag begeleid ik je in vier stappen Van onmacht naar kracht! Dit betreft 1-op-1 sessies en te zijner tijd ook in groepsverband.

1. Maak de balans op van Geven & Ontvangen in jullie relatie.
2. Mogelijke opties om te werken aan je herstel: fysiek, emotioneel, mentaal, energetisch, systemisch, spiritueel. Waar liggen de grenzen en verlangens in jullie relatie?
3. Keuzes maken & prioriteiten stellen: wat heeft de meeste aandacht nodig? We stellen samen een VONK stappenplan op zodat je altijd weet waar jullie staan en waar je SAMEN naartoe werkt.
4. Hoe nu verder met jullie opnieuw hervonden kracht: een relatie onderhoudsprogramma waarin de verbinding tussen jullie beiden centraal staat.

