



ITZAMNA Human Development

E: [eric-itzamna@outlook.com](mailto:eric-itzamna@outlook.com)

M: 06 – 2395 0676

[www.itzamna.nl](http://www.itzamna.nl)

## INFORMATIE

### Individuele coaching

‘Door verdieping en vergroten van zelfsturing,  
neem jij (weer) de regie naar je doelen stevig in handen!’



### **Herkenbaar?**

Herken je het volgende? Je twijfelt wie je bent en wat je wilt zijn. Je voelt je niet gelukkig, ondanks een fijne familie, vrienden en leuk werk. Het lijkt alsof je tegen muren aanloopt en geen 'contact' met jezelf weet te maken. Het voelt leeg. Patronen en mechanismen die je gebruikte, werken niet meer.

Je slaapt slecht en bent voortdurend moe. Je ziet tegen alles op en wil het liefst je dekbed over je heen trekken en niks meer aan je hoofd hebben.

### **Dat kan anders. Echt.**

Door dit coaching traject te overwegen. ITZAMNA ondersteunt jou in je zoektocht, zodat je weer de weg vindt en regisseert naar je eigen Geluk. Jij bent weer verbonden met je Ziel.

### **Werkwijze**

Eigen regie, innerlijk geluk, reflectie op eigen overtuigingen, passie en belemmeringen, hernieuwde betekenisgeving, spiritualiteit, energetisch werken, fysieke, mentale en emotionele gesteldheid, zingeving. Allemaal thema's die bij ITZAMNA aan de orde kunnen komen.

We beginnen met een intakegesprek. Dit duurt maximaal 2 uur. Aan de hand van jouw persoonlijke levenspad, bespreken we behoeften en mogelijke leerdoelen. Ik adviseer welke vormen van ondersteuning daarbij geschikt zijn voor de ontwikkeling van jouw persoonlijke leiderschap.

### **Hebben wij een match?**

We komen er eerst achter of er een match is tussen jou en mij voor een succesvolle samenwerking. Alleen dan starten we.

ITZAMNA werkt vanuit de overtuiging dat onbaatzuchtige liefde het geluk in zich heeft. Denken, voelen en handelen vanuit een goed/fout kader bestaat niet.

### **Kerngesprekken**

Een 'Kerngesprek' brengt je kern (waarden) tot ontwikkeling, in relatie tot jouw

persoonlijke doelstelling. Door verdieping en vergroting van zelfsturing, neem jij de regie naar je doelen (weer) stevig in handen.

Bij deze methode regisseer je in feite je eigen onderzoek en ontwikkeling. Vanuit Itzamna begeleid ik dit vooral door het stellen van de juiste vragen: **waarderende reflectie**.

Tijdens de gesprekken werk ik op fysiek, mentaal, emotioneel en zielsniveau door intuïtief vragen te stellen. Daarnaast maak ik gebruik van '**systemisch werken**'. En dan in het bijzonder met **familie-opstellingen**.

### **Hoeveel sessie zijn er nodig?**

Dat schatten we in tijdens de intake. Een gesprek duurt gemiddeld 1,5 uur. De gesprekken vinden plaats met een interval tussen de gesprekken. Dat intervaltijd stemmen we tijdens het traject af.

### **Locatie**

De gesprekken vinden plaats in Het Coachhuis in Hengelo (Ov.). Dit is gevestigd in het Ondernemershuis H10 aan de Hamerstraat 10. In bijzondere situaties kunnen we een overleg ook per videocall houden.

Ik neem sowieso altijd de actuele geldende voorschriften en richtlijnen van de RIVM voor Covid in acht.

### **Zorgvuldigheid**

Onze gesprekken en het proces blijven vanzelfsprekend vertrouwelijk.

### **Offerte**

Alles wat we bespreken, ontvang je in een offerte. Deze is 12 dagen geldig.

Op onze samenwerking zijn de ITZAMNA Algemene leveringsvoorwaarden van toepassing. Zie de link: [www.itzamna.nl/itzamna-algemene-voorwaarden](http://www.itzamna.nl/itzamna-algemene-voorwaarden).

**Investing**

€ 95,-- per uur, exclusief 21% BTW.

Vanaf 1 januari 2023 is het tarief € 105,--per uur, exclusief 21% BTW.

**Factuur**

Je ontvangt maandelijks achteraf een factuur op basis van werkelijk gemaakte uren. De betalingstermijn is 14 dagen.

**Afzeggen/verplaatsen afspraak**

Als je een afspraak wil annuleren of verplaatsen, vraag ik je mij minimaal 24 uur van tevoren te informeren. Doe je dit te laat, dan kan ik genoodzaakt zijn om de kosten van onze afspraak in rekening te brengen

**Wil je meer informatie of heb je vragen?**

Mobiel: 06 – 2395 0676

Email: [eric-itzamna@outlook.com](mailto:eric-itzamna@outlook.com)

**Even voorstellen:****Eric Godschalk**

Ik ben geboren en getogen in Nederland en heb een (internationale) HR-achtergrond. Daarnaast was ik (arbeids)veiligheid en gezondheidsadviseur. Ik verricht al jarenlang freelance coachopdrachten, specifiek voor organisatieontwikkeling. In de zorg, bij de overheid, woningcorporaties en voor productiebedrijven.

In 2017 ben ik met ITZAMNA begonnen. Hier ligt mijn focus op individuele vraagstellingen en behoeften. Vaak over persoonlijke thema's: zingeving, levensvragen, blokkades en trauma's.

Ik voer waarderende reflectiegesprekken: 'Kerngesprekken'. We raken de diepere lagen, de kern, door onder andere gebruik te maken van systemisch werken.

Ik combineer wetenschap met spiritualiteit. Daarvoor heb ik 12 jaar bij een Maya-leermeester de spiritualiteitscyclus en rituelen bestudeerd en mij eigen gemaakt. Ik ben bevoegd Energetisch masseur, gebaseerd op de Tzolkin, de spirituele kalender van de Maya's. Ook ben ik Reiki Master.

Naast individuele coaching begeleid ik workshops en Inspiratiebijeenkomsten over zingeving, traumaopvang en -nazorg en persoonlijk geluk.