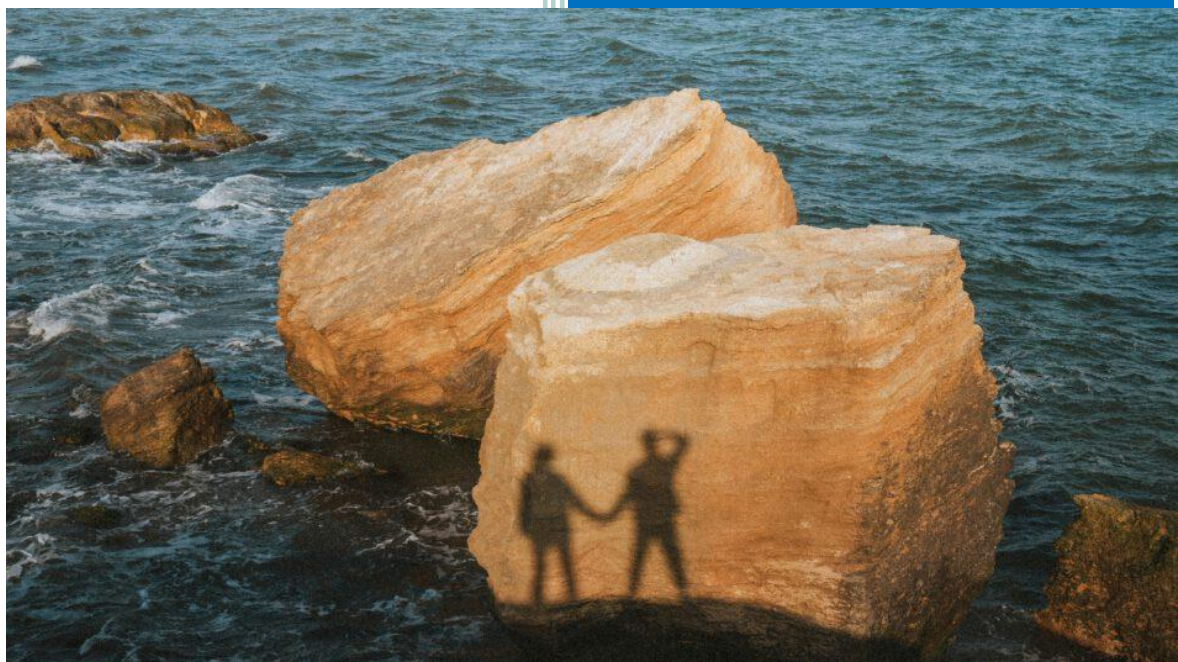




Informatie Relatie Spiegelen



ITZAMNA

‘In regie met Jezelf, in balans met je leven’

Januari 2025

Herkenbaar?

Herken je en jullie o.a. het volgende in jullie relatie? Afstandelijkheid en relatietwijfel. Steeds meer onbegrip en conflict. Geen tijd voor elkaar nemen. Het Gesprek tussen jullie mijden. Verandering in intimiteit. Gevoelens over leegte of onrust. Twijfels over toekomst(plannen)?

Patronen en mechanismen die jullie gebruiken, werken niet meer.

Jullie slapen slecht en zijn voortdurend moe. Veel onderling gekibbel. Het trekt je energie weg. Tegen alles opzien en je wilt het liefst het dekbed over je of jullie hoofd heen trekken en niks meer aan het hoofd hebben.

Dat kan anders. Echt!

Relatie Spiegelen gaat dieper op de gevoelens in en helpt mensen in de eigen relatie (systeem) die écht iets fundamenteel willen veranderen in hun leven én relatie.

Dit vraagt veel van jou en jullie! Het is niet altijd gemakkelijk om open en eerlijk, zonder te oordelen, naar jezelf, jouw partner en jullie beiden te kijken. Het vraagt inzet, geduld, doorzettingsvermogen.

Ik bied geen oplossingen. Ik vraag, vraag door, activeer, stimuleer en motiveer om jou en jullie eigen proces en stappen te ondernemen. Zodat de Relationele dialoog op gang mag en kan komen.

Door dit Relatie spiegel traject te overwegen. ITZAMNA ondersteunt jou en je partner in jullie zoektocht, zodat eenieder en jullie samen weer de weg vinden en regisseert naar jullie eigen Tevredenheid. Geluismomenten worden gevoeld en gedeeld.

Jij en jullie zijn weer verbonden met de Ziel.

Wat is Relatie Spiegelen bij ITZAMNA?

Een vorm van onderzoek die zich richt op het verminderen van conflicten en communicatieproblemen binnen de relatie.

Het verduidelijken van betekenisgeving bij (onderlinge) (non)-verbale communicatie en gedragsinterpretatie.

Verhelderen wat de onderliggende patronen zijn binnen het eigen systeem in de eigen relatie. Dit doen we door o.a. gebruik te maken van vragen uit het systemisch werken.

Samen gaan we op zoek naar de kern van het probleem en werken we aan herstel. Het doel van het proces om te komen naar duurzame oplossingen. Een voorbeeld hiervan is het inzicht geven in het al dan niet voortzetten van de relatie.

Werkwijze

Mijn aanpak is gebaseerd op drie pijlers: Eigen Regie, Diepgang en Toegankelijk. Dit komt in de gesprekken terug.

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

Daarom is het thema Liefde de rode draad die we ontrafelen. Welke betekenis heeft Liefde? Wat was het, wat is het Nu en wat wil jij en jullie wat Liefde brengt.

We beginnen met een 1 op 1 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.

Hebben wij een match?

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

Waarderend perspectief

Vanuit het waarderend, reflectief perspectief wordt gewerkt om eigen inzichten, ontdekken eigen talenten en blinde vlekken, en die van de partner met elkaar helder te maken, zonder waardeoordeel.

Waarderend betekent zien en werken met 'dat wat er is'. Voorbeeld vragen kunnen zijn: Hoe kijk jij daartegen aan? Wat is voor jou belangrijk in deze Spiegeling? Wanneer zijn ben je tevreden? Kun je me meer vertellen over wat jij denkt? Wat gaat er goed? Waar schuurt het en waar stopt de energie tussen jullie?

Spiegelen

Een 'Kerngesprek' brengt jouw en jullie kern (waarden) in beeld en tot ontwikkeling, in relatie tot jouw persoonlijke en gezamenlijke doelstelling.

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

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

De gesprekken zijn erop gericht om je/jullie eigen oplossingen te laten vinden.

Tijdens de gesprekken werk ik op fysiek, mentaal, emotioneel en zielsniveau door intuïtief vragen te stellen. Daarnaast maak ik gebruik van 'systemisch werken' o.a. met familie-opstellingen.

Bereidheid

Van belang is deze Wilsvraag! Zijn jullie bereid om de eigen persoonlijke overtuigingen, rol, opvattingen, verwachtingen van Jezelf te onderzoeken? Dit in zowel in de eigen persoonlijke - als in de gemeenschappelijke context.

In het intakegesprek en bij de eerste gesprekssessie komt jullie antwoord aan de orde.

Hoeveel sessies zijn er nodig?

Dit zijn kortdurende trajecten. Dat schatten we in tijdens de intake. Denk gemiddeld aan 4 - 6 gesprekken.

Een spiegelgesprek duurt gemiddeld 2 uur.

De gesprekken vinden plaats met een interval van 3 weken tussen de gesprekken.

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.

Zorgvuldigheid

Onze gesprekken en het proces blijven vanzelfsprekend vertrouwelijk.

Offerte

Alles wat we bespreken, ontvang je in een offerte. Deze is 12 dagen geldig. Indien akkoord wordt de offerte door beide personen ondertekend.

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

Investering

De gesprekssessies zijn per stuk af te spreken of als pakket (minimaal 4 sessies en 2 individuele

intakegesprekken). Informatie voor prijsopgave neem dan contact met mij op. Zie hieronder.

De huur van de praktijkruimte is hierbij inbegrepen. Telefonisch overleg/advies € 30,-- per 15 minuten.

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

*Het Kleine Goede wat ons dagelijks bijna
achteloos passeert,
Geeft datgene bij bewust ontmoeten
wat jij of jullie soms ontbeert?
In een wederzijdse, betrokken spontane
blik van blijdschap om die Ander te
ontmoeten,
Waardevolle herinneringen zijn geboren
en mogen we met warme Liefde
begroeten.*

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.

Disclaimer

Intellectuele-eigendomsrechten

Elke vorm van openbaarmaking of verveelvoudiging (in de ruimste zin van het woord), elk gebruik van een kopie, of het verveelvoudigen of verspreiden van (een deel van) de inhoud van deze ITZAMNA-informatiefolder anders dan voor persoonlijk, niet-commercieel gebruik is strikt Verboden.

© Alle rechten voorbehouden

Het is ten strengste verboden materiaal van ITZAMNA-informatiefolder te kopiëren, opnieuw te verspreiden of te publiceren, of te wijzigen, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van ITZAMNA.