



Workshop

Zelfontmoeting

Incl. coachcall 45 minuten na deelname

Voor wie

De workshop Zelfontmoeting is voor leiders, ondernemers en professionals (voor mensen) die voelen dat er iets diepers is dan de oppervlakkige zaken die spelen in je baan, relaties of gezondheid.

In een groep gelijkgestemden ga je onder begeleiding, in een veilige setting, kijken wat jou bezig houdt. Wat blokkeert in jouw leven en werk? Wat belemmert je om datgene te realiseren waar je ten diepste naar verlangt?

Dit is wat je tegen komt in je werk en relaties.

- Je komt steeds in dezelfde situaties terecht, terwijl je al veel aan ontwikkeling en opleiding hebt gedaan;
- Mensen zijn vaak heel blij met jou, met jouw inzet en je voelt anderen prima aan;
- In de contacten met mensen kost het maken van aansluiting echter meer energie dan voorheen;
- Ergens raak je ondergesneeuwd in de rol die je uitvoert en zet je anderen op de eerste plaats;
- Kiezen voor jezelf, grenzen stellen en trouw zijn aan jezelf zijn vragen die meer op de voorgrond aanwezig zijn;
- Vanuit een groot verantwoordelijkheidsgevoel ben jij ervan overtuigd dat jij problemen moet oplossen en dingen moet doen.

Wat je doet, doe je goed en toch neemt de innerlijke onrust toe. Ergens weet je dat zo doorgaan niet goed voor je is.

In de workshop

Tijdens de workshop wordt gevraagd om jouw verlangens te formuleren. Dat kan elk verlangen zijn, geformuleerd in een korte zin of losse woorden. Dit verlangen breng je in het IZR-proces in en je vraagt proces anderen te resoneren op de afzonderlijke woorden.

Werkwijze

Interactieve Zelf-Resonantie (IZR) is een ervaringsgerichte psychotherapeutische methode. Met behulp van een IZR-proces kijk je als het ware in een spiegel. Tijdens een IZR-proces ontmoet je datgene wat gezien en gehoord wil worden. Waar je tot nu toe geen woorden aan kon geven of je je niet bewust van was. Download hier de IZR-brochure voor uitgebreide informatie.





Praktische informatie:

Programma

- Korte kennismaking (13:00 uur)
- Introductie werkwijze
- Ruimte voor 3 tot 4 persoonlijke resonantie processen.
- Afronding inclusief vervolg opties (17:00 uur)

Praktische informatie:

- 13:00 - 17:30
- Inloop vanaf 12:30 uur
- Locatie: **Boschoek Nuenen**
- Papenvoortseide 5, Nuenen
- Investing: 135,- incl. BTW

Deelname

Via deze [link](#) kun je aannemen en een datum kiezen waarop je wilt deelnemen.

- Deelname is definitief na ontvangst betaling!
- Na deelname ontvangt u automatisch een link voor het inplannen van de after coachcall met Anneliek.

Begeleiding

Ik ben Anneliek van der Heijden, leiderschapscoach en geregistreerd IZR-practitioner*. In de afgelopen twintig jaar begeleid ik leiders, teams, professionals en ondernemers in hun (persoonlijke) leiderschapsontwikkeling en verandervraagstukken.

Vanuit mijn specialisatie in zelfontwikkeling en zelfleiderschap begeleid ik mensen bij het nemen van (meer) regie in hun leven en werk. Vanuit deze en persoonlijke ervaring heb ik me de afgelopen 10 jaar professioneel toegelegd op het begeleiden van diepte processen.

Ik weet als geen ander dat als je nu geen stappen neemt dat je verder van jezelf verwijderd raakt.



Anneliek van der Heijden

"Wanneer je voelt dat de oorzaak van je niet-goed voelen dieper ligt dan de meesten kunnen zien."

B-CONNECTED
By Anneliek

Wil je meer weten:

Download [hier](#) de IZR-brochure
Connect met Anneliek via [Linkedin](#)
Kijk op [de website](#)

Heb je een vraag stuur een bericht naar contact@b-connected.nl

*Als IZR-practitioner ben ik door Interakt toegelaten tot het in Nederland en België actieve professionele IZR-netwerk.

**Kun je 9 oktober niet en wil je wel deelnemen, stuur een mail naar contact@b-connected.nl
Zodra er een nieuwe datum is gepland wordt je als eerste geïnformeerd.