

## Het begint met 1 gesprek...

Elke relatie krijgt minimaal één keer te maken met een traumatische ervaring: een ongeluk, verhuizing, het overlijden van een dierbare, het krijgen van een gehandicapt kind.

Elke relatie krijgt een keer te maken met een situatie, waarin meningsverschillen en onbegrip voor elkaar op kunnen lopen tot heftige irritaties en het gevoel van afstand.

Als je dan allebei de weg kwijt bent en het gevoel hebt dat het onmogelijk is om op een normale manier met elkaar in gesprek te gaan, lijkt een scheiding de enige optie, maar is dat wel zo?

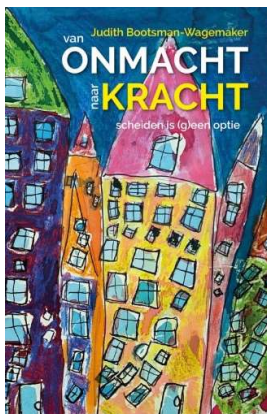
Door mijn eigen ervaringen in mijn relatie ben ik er achter gekomen dat je altijd een keuze hebt: gaan we samen verder of niet. Door juist het gesprek aan te gaan met elkaar, gezamenlijk onder begeleiding van een professional, kan de tijd genomen voor reflectie, het verwerken van emoties. En kan duidelijk worden waar de verwijdering ongemerkt is ontstaan, welke acties vervolgens zijn ondernomen of zijn nagelaten. Dit heb ik toegepast in mijn eigen relatie na mijn ongeluk in 2015 en daar heb ik een boek over geschreven met als titel: van onmacht naar kracht, scheiden is (g)een optie. Door mijn eigen ervaring te delen hoop ik dat mensen nog een keer nadenken voordat ze gaan scheiden.

Hoe kom je Van Onmacht Naar Kracht (V.O.N.K) in je relatie? Dat heb ik vormgegeven in een praktische 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 jullie in vier stappen Van onmacht naar kracht!

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.



Van onmacht naar kracht 2020 ©