

Lieve allemaal,

Reden voor een klein feestje! Wij, Monique Verspaandonk en Anniek de Haas, hebben afgelopen maanden hard gewerkt om 'Coach to Connect' te lanceren.

## **Coach to Connect**

Coach to Connect helpt je om op een duurzaam niveau met jezelf in verbinding te komen. Geen 'quick fixes' maar op een diepgaand energetisch niveau aan de slag met de kern van jouw probleem, wens of verlangen. Door middel van systemisch werk begeleiden we je bij het inzichtelijk maken van je blokkades. Blokkades die soms generaties terug gaan, en die jou ervan weerhouden om de beste versie van jezelf te zijn.

## **Systemisch werk**

Bij systemisch werk gaan we ervan uit dat de oorsprong van een blokkade, patroon, wens of verlangen is ontstaan vanuit het systeem waarin we werken, leven of zijn opgegroeid. Als je vanuit systemisch perspectief kijkt, richt je je niet enkel op de individu maar op het gehele systeem. Vanuit dit brede perspectief, krijg je inzicht in jouw plek in het systeem, worden onderlinge verhoudingen helder en krijg je inzicht in je eigen patronen en de dynamieken.

## **Systemisch werk kan je helpen als je bijvoorbeeld:**

- terugkerende conflicten hebt met je partner, vriend(in) of collega;
- meer flow en ontspanning in je leven wilt ervaren;
- de oorsprong van je onzekerheid, angst, boosheid, depressie of paniek wilt achterhalen;
- fysieke klachten vanuit een psychische invalshoek wilt onderzoeken;
- krachtiger in je leiderschap wilt staan;
- niet steeds voor anderen wilt blijven zorgen en jezelf op de eerste plaats wilt zetten;
- vast loopt in je werk of studie;
- meer in contact wilt staan met je gevoel.

## **Opstellingen**

Bij Coach to Connect maken we gebruik van familie- en/of organisatieopstellingen. Een opstelling kun je zien als een 'tableau vivant' waarin gewerkt wordt met representanten die verschillende dynamieken en rollen in jouw systeem vertegenwoordigen. Door te werken met een energetisch veld, ontvouwen zich verrassende en bruikbare inzichten, waardoor patronen ontrafeld worden.

## **Zelf een opstelling ervaren**

Op 9 oktober en 28 november as. organiseren we 2 ochtenden (van 9.15 tot 12.45 uur) waarin we opstellingen gaan begeleiden. Lijkt het je interessant om één van beide ochtenden aan te sluiten, dan nodigen we je graag daarvoor uit!

Je kunt je aanmelden als representant, of zelf een vraag inbrengen die je verder wilt onderzoeken. Onze ervaring is dat je ook als representant veel uit een opstelling haalt en dat de 'rollen' die je krijgt toebedeeld, ook voor jou op dit moment een aanwijzing zijn, ondanks dat je zelf geen concrete vraag inbrengt. Omdat we nog in de opstartende fase zijn met Coach to Connect, staat het je vrij om deze ochtenden zelf te kiezen of je een bijdrage wilt doen.

## **Aanmelden**

Lijkt het je interessant om deel te nemen op 9 oktober en/of 28 november? Meld je dan vóór 22 september aan via [info@coachtconnect.nl](mailto:info@coachtconnect.nl). Geef in je mail aan op welke dag je wilt komen en of je als representant wilt deelnemen aan de opstelling of dat je zelf een vraag wilt inbrengen.

**We zouden het leuk vinden om je op 9 oktober of 28 november te zien!**