



Winter?

Nou ja, winter....

Daarom geef ik jullie wat winterplaatjes van vorig jaar. En wat mij betreft stappen we dan meteen over naar de lente...

Want in de tuin komen de bollen al flink naar boven!

Eisen ziektekostenverzekeraars

Van mijn beroepsvereniging Het NVPA kreeg ik het bericht dat ik volledig voldoe aan alle nieuwe eisen van de ziektekostenverzekeraars.

Dat betekent dat cliënten die bij Fonkel komen in ieder geval tot 2017 een (gedeeltelijke) vergoeding kunnen ontvangen, als ze aanvullend verzekerd zijn.

Het zegt ook iets over kwaliteit want therapeuten die voldoen aan genoemde eisen hebben minimaal 2 HBO-opleidingen en moeten intervisie, supervisie en bijscholingen volgen.

Ik ben er trots op dat dit weer gelukt is en ik vind het vooral belangrijk dat, als je werkt met kwetsbare mensen, kwaliteit voorop staat.

Verder is het fijn dat ik zelf kan bepalen welke bijscholingen ik graag doe.

Nog een keer de vergoedingen op een rijtje:

<http://www.nvpa.org/zorgverzekeraars.html>

NVPA resultaatmeting

Er vindt al een tijdje een onafhankelijke resultaatmeting plaats door mijn beroepsvereniging.

Vele startende cliënten van mij hebben aan het begin van een traject hier aan mee gedaan.

Na het traject is het de bedoeling dat de vragen nogmaals worden ingevuld. Om te kunnen vergelijken. En dat laatste vergeet ik nogal eens te vragen bij de laatste sessie.

Willen jullie dit zelf afronden op de bekende site?

Dank je wel!

Lachen

Gelukkig wordt er bij Fonkel ook regelmatig gelachen.

Cliënte had op Facebook gelezen dat mijn oren dicht zaten in verband met een oorontsteking.

Ze kwam binnen en riep: "Ha, dove kwartel!"

Van de coachingskalender

'Sommige van de opwindendste uitdagingen vermommen zich heel knap als onoverkomelijke moeilijkheden'.

Van een cliënt

April 2011 ben ik bij Noor terecht gekomen doordat er heel veel speelde op het werk.

Hier ben ik samen met mijn partner een aantal keer aan gaan werken. Ik kan me nog heel goed de eerste keer herinneren dat wij samen naar Noor gingen. Op het bord verwelkomde ze ons en dat was een fijne binnenkomer. Na het kennismakingsgesprek had ik een goed gevoel en hebben we samen meteen besloten verder te gaan. Tijdens het intakegesprek vertelden we wat er speelde rondom de forse problemen die we hadden met een aantal collega's. We konden er niet meer tegen en raakten er half overspannen van.

Noor heeft ons een aantal handvatten meegegeven, waar we mee aan de slag konden. Al met al heeft dit een hele tijd geduurd, maar we bleken de sterksten! We hebben gesprekken gehad met deze mensen en het is GESTOPT.

Ik heb Noor leren kennen als een integere vrouw, die haar vak verstaat en die de juiste interventies weet te gebruiken. Ze legt heel duidelijk uit waar ze mee bezig is, hier was ik altijd erg in geïnteresseerd.

Na een aantal sessies ben ik alleen verder gegaan bij Noor. Tijdens de intake had ik verteld dat ik een incestverleden heb en dat ik dit een plek wilde geven. Ik dacht altijd dat ik het al verwerkt had, had het heel diep weggestopt zodat ik er maar niet mee bezig hoefde te zijn. Totdat ik er mee geconfronteerd werd en het er opeens weer helemaal was.

Ik heb, toen ik een jaar of 18 was, een tijdje bij het RIAGG gelopen maar ook daar moest ik dingen doen die ik niet wilde, ik ben gestopt en heb dit later nog eens opgepakt maar de tijd was er nog niet rijp voor. We hebben met Noor besloten eerst te werken aan de pesterijen, en daarna aan mijn incestverleden te gaan werken.

Ik voelde dat het nu tijd was om aan mezelf te gaan werken en doordat ik al een aantal sessies had gehad, wist ik dat ik op de goeie plek was beland. Eindelijk na ruim 20 jaar ben ik aan mezelf gaan werken! Daar is het nooit te laat voor, dat is wat ik de afgelopen periode wel heb geleerd.

Veiligheid, vertrouwen en geborgenheid waren voor mij hele belangrijke begrippen en dit heb ik altijd ervaren, iedere keer weer als ik naar een sessie ging.

Stukje bij beetje heb ik mijn verhaal gedaan, waar ik overigens erg veel moeite mee had.

Daarom ben ik gaan schrijven en maakte iedere keer een verslag van onze sessie. Dat las ik dan voor aan Noor.

En zo vertelde ik iedere keer wat meer over mezelf en wat er heeft plaatsgevonden zodat we hiermee aan de slag konden. Dit was voor mij de ideale manier om aan mijn verleden te werken. We hebben verschillende interventies gedaan, soms een paar keer, om verder te komen. Soms was er maar één voor nodig.

Ik had mijn terugvallen, en iedere keer was Noor er weer, dit was heel fijn en heb ik als zeer positief ervaren. Ik wilde verder komen en groeien. Stukje bij beetje lukte dit, er kwam steeds meer positieve energie voor in de plaats. Ik heb mijn incestverleden een plek gegeven, ik zal misschien nog weleens een terugval hebben, maar ben ervan overtuigd dat dit steeds kortere periodes zullen zijn. Dit stukje hoort bij mij en het mag er zijn. Ik heb het geaccepteerd, het heeft mij gemaakt tot de persoon die ik nu ben en dat is een vrouw die weet wat ze wil.

Ik heb het eindeloze geduld van Noor altijd enorm gewaardeerd. Noor was voor mij zo'n enorme inspiratiebron, dat ik weer ben gaan studeren. Ik heb de studie counseling met verbeeldingskracht gevolgd, en met een diploma afgesloten. Toen wilde ik verder en ben gaan rondkijken. Heb hier veel met Noor over gesproken. En ik ben aan een 4-jarige studie psychodynamica begonnen, er is een hele wereld voor mij open gegaan.

Noor BEDANKT. EV.

*Dank je wel, EV, voor het delen van je verhaal.
Indrukwekkend vind ik het!*

Thuiskomen...

...zo noemde Paul Kruijssen (mijn man) de verhuizing van zijn kantoor naar ons huisadres. De kinderen zijn het huis uit en Paul is meer bij bedrijven. Dat maakte de stap naar een kantoor in Biezenmortel logisch. Met zijn bedrijf www.pprojects.com werkt Paul aan de identiteit en het merk van bedrijven.

Paul zit boven in huis en heeft geen zicht op mijn cliënten. Je privacy blijft dus nog steeds gewaardeerd. Door cliënten werd al gevraagd of er nog iemand bij Fonkel binnen was (auto van Paul op de oprit). Nee dus: als je een grijze Volvo ziet staan, kom dan maar gerust bij mij naar binnen...tenzij je bij Paul moet zijn natuurlijk....

Vertrek van Jenneke

"Ik heb met heel veel plezier op de woensdag bij Fonkel gewerkt. Het is fijn om mensen te mogen volgen in hun proces en te zien hoe zij veranderen en opbloeien. Het is nu tijd om afscheid van Fonkel te nemen en me volledig te richten op mijn eigen praktijk: JEC Therapie. In de praktijk ben ik gespecialiseerd in stress en burnout. Kijk maar eens op mijn website: www.jectherapie.nl.

Ook geef ik workshops en groepssessies met meditatief tekenen: "Tekenen jezelf in balans". Hierin worden alle methodieken al tekenend aangeboden.

Je kunt dan, veelal in stilte, stilstaan bij jezelf en je ervaringen buiten je zetten, op het papier. Daarnaast ben ik beschikbaar voor het maken van een schilderij van jou. Op een dieper niveau wordt er eerst een intake gedaan, waaruit een beeld ontstaat. Dit beeld zal ik voor je schilderen. Het geeft zicht op en inzicht in jezelf. Vaak ontstaat er spontaan een sessie met behulp van het schilderij. Het schilderij kan dienen als een anker. Dus wellicht zie ik een van jullie nog een keer. Je bent in ieder geval van harte welkom!" Groetjes, Jenneke.

Boek 'Mindfulness voor beginners' van Jon Kabat-Zinn

Eén van de meest gezaghebbende auteurs op het gebied van mindfulness.

Hij beschrijft in dit boek de essentie van mindfulness. In vijf delen (beginnen, volhouden, verdiepen, rijpen en oefenen) komen de cruciale aspecten van mindfulness aan bod en leer je hoe dit een gunstig effect kan hebben op je welbevinden en je gezondheid.

Je kunt er meteen mee aan de slag.

Ideaal voor ons westerlingen die het zo druk hebben met van alles en nog wat en vergeten in het Hier en Nu te zijn. Bij het boek zit een CD met vijf meditaties.

Praktijk

Ken jij iemand in je omgeving die wel wat hulp kan gebruiken? Verwijs ze gerust naar **Fonkel**, van harte welkom voor een gratis kennismakingsgesprek! De meeste mensen ontvangen een (gedeeltelijke) vergoeding van hun ziektekostenverzekeraar.

Werktijden

Ilona: woensdagavond en/of donderdagavond.

Noor: maandag, dinsdag, donderdag en vrijdagochtend.

Vragen of contact?

Fonkel therapie en training

Capucijnenstraat 34
5074 PH Biezenmortel.

www.fonkel.nu / info@fonkel.nu / 013 - 533 39 37.

Fonkel / Noor op social media:

Twitter: <https://www.twitter.com/FonkelNoor>

Facebook: <https://www.facebook.com/NoorVanGulik>

LinkedIn: <http://www.linkedin.com/in/noorvangulikfonkel>

Reacties zijn van harte welkom en heel graag tot ziens!
Noor van Gulik.

Ik vind het leuk om te vertellen dat ik alle foto's en nieuwsbrieven zelf maak. Foto Noor is gemaakt door Lot Verstegen

*Fonkeling verschijnt zo'n 4 x per jaar, met de seizoenen.
Jaargang 6, Nieuwsbrief 17, Februari 2014.*

