



Zomer!

Aparte zomer, niet dan?

De afgelopen weken hebben cliënten meegedaan aan 'voeten-in-het-water-sessies' maar er waren ook dagen dat de verwarming aan moest!

Ik wens iedereen die vakantie viert of gaat vieren een heerlijke vakantie toe!

Lekker uitrusten, genieten en aan jezelf toekomen.

Dat ga ik ook doen, in Frankrijk.

Ik hoop voor mensen die, om wat voor reden dan ook, niet op vakantie kunnen, dat het zonnetje ook voor hen gaat schijnen.

Ine van den Heuvel zorgt voor vervanging als ik op vakantie ben.

Van een cliënte

"Veel geleerd van Noor.

Allereerst en misschien het belangrijkste is dat ze je meteen op je gemak stelt zodat ik ook alles maar dan ook alles verteld heb wat me dwars zat.

Al vrij snel na de intake doorzag ze mijn patroon van hoe ik reageer op heftige gebeurtenissen. Ergens "weet" en herken je dit patroon maar omdat het zo eigen is kun je het moeilijk zien. Noor zag het in 2 sessies. Zo knap hoe ze zoekt, luistert en toetst.

Ik dacht EMDR bij Noor te gaan doen en daarna kan ik mijn probleem wel aan.

Noor had een ander plan en wees mij de weg naar mijn plaats in mijn gezin van herkomst, dit gaf mij zoveel stevigheid en basis dat ik precies wist, vooral voelde, hoe ik mijn struggle wilde aanpakken.

Mijn ervaring bij Noor is: "als je je basis weer kunt voelen dan weet je precies wat je wil en hoe te handelen".

Dankjewel Noor voor het 'laten thuiskomen'!"

Wat prachtig beschreven D., dank je wel, Noor.

Geslaagd!

Vorige Fonkeling vertelde ik over de aanvullende opleiding medische en psychosociale kennis die we moeten volgen vanwege de nieuwe eisen van de ziektekostenverzekeraars per 01-01-2017, om voor vergoedingen in aanmerking te blijven komen.

En wat denk je? GESLAAGD, met een 7,9 nog wel.

Ik ben heel erg blij!

Van de coachingskalender

'Als één van de twee verandert, verandert de relatie'.

Van Social Media

Ik zet regelmatig iets over Fonkel op Social Media. Er zijn ook mensen die alleen mijn nieuwsbrief lezen en niet bekend zijn met social media. Daarom zoek ik iets uit van de afgelopen periode om hier te delen:

Ze werd door haar vorige man mishandeld. En hoewel ze nu gelukkig is met een andere man en kinderen heeft gekregen, krijgt ze het niet verwerkt en komt het verdriet steeds terug.

Daarnaast zijn er een aantal mensen in haar leven waar ze last van heeft, die een belemmering vormen voor een vrij leven.

Ik koos voor het werken met het 'Sociaal Panorama': een manier om je sociale leven in kaart te brengen en te verbeteren.

We werkten eerst (met haar ogen dicht) met haar dierbaren om een gevoel te krijgen bij de methode, dat lukte goed. Opmerkelijk was de plaats van haar dochter en hoe ze keek. Ik vroeg mijn cliënte de plaats van haar dochter in te nemen. Meteen zei ze (als dochter): "mama beschermen". Dat was nieuw, ze heeft haar een plek met meer vrijheid gegeven.

Van daaruit per persoon aan de slag met mensen die haar 'in de weg zitten', ze bleken recht voor haar neus te staan. Dan kun je ook niet vrijuit leven.

Ze werden verplaatst naar een plek waar het voor haar goed voelde. Ook even checken met alle anderen uit haar sociaal panorama zodat het klopt.

Toen het klaar leek te zijn vroeg ik haar te voelen of het zo oké was of dat er wellicht nog iemand was. En 'ploep', daar was hij, levensgroot en recht voor haar neus. Haar ex-man. Veel emotie. We namen de tijd. Ze kon hem heel ver weg plaatsen en hem een andere kant laten opkijken. Dat gaf een enorme opluchting.

Terwijl ze van binnen haar sociaal panorama bezag, kwamen de tranen, van opluchting en ingehouden verdriet, ze snikte het uit. "Dank je wel, dank je wel...", zei ze en we omhelsden elkaar.

Hahaha...

Ik loop tussen 2 sessies altijd even de praktijk uit, naar mijn huis.

Mijn volgende cliënte was eerder binnen dan ik en toen ik de deur open deed zei ze tegen mij:

"Kom binnen Noor, ga lekker zitten. Wil je een kopje thee? Wat is je probleem?"

Haha, we moesten allebei lachen.

Wat zijn er toch leuke mensen op de wereld!

Nog een verhaal van een cliënte:

“Via een vriendin kwam ik op het idee dat EMDR waarschijnlijk goed zou kunnen zijn voor mijn klachten. Weer via iemand anders kwam ik toen bij Noor terecht. Ik was erg sceptisch omdat ik al veel ondernomen had om van mijn klachten af te komen en tot nu toe had ik er nog niet het resultaat mee behaald wat ik wilde. Ik bleef verdrietig om dingen uit mijn verleden. Ik ben dus gestart bij Noor met EMDR.

Vanaf het moment dat ik bij Noor binnenkwam, voelde het als een ‘warm bad’, een ‘warme deken’. Ik heb, buiten de intake, en het maken van een plan om EMDR het beste te doen slagen, 2 sessies gehad om uit mijn verdriet te komen waar ik al 18 jaar mee worstelde. Na 2 afspraken was ik er klaar mee en voelde me zo ontzettend bevrijd van die ‘pijn’ die ik jarenlang voelde. Toen hebben we nog een onderwerp aangepakt. Ook daar hebben we 2 sessies aan besteedt.

Ik voel me een ander mens, voel me sterk en gelukkig. Ik ben heel erg blij dat ik dit gedaan heb en ben Noor ontzettend dankbaar voor haar hulp om mij te bevrijden van iets wat ik al 18 jaar bij me droeg”.

Dank voor je verhaal M., Noor.

‘Geheime’ tip:

Ik zat met het probleem hoe ik, als 53-jarige taart met chemo’s achter de kiezen, al die medische kennis in mijn hoofd kon krijgen...

Mijn ‘succes’ is dat ik van alle studiedagen een samenvatting heb gemaakt. En toen kwam ik op het idee om die samenvatting in te spreken op de dictafoon van mijn iPhone.

Deze opname heb ik zo’n 50 keer beluisterd, tijdens het koken, autorijden, wandelen, etc. Daarmee heb ik de kennis in mijn hoofd gekregen.

Ook een idee voor jou als je iets moet onthouden?

Visie

Mijn visie is dat het er vaak niet alleen om gaat het probleem helder te krijgen. Maar ook het patroon te ontdekken waarin dat probleem kon ontstaan. En hoe dat in jouw systeem/gezin kon ontstaan en of dat ook iets met generaties voor jou te maken heeft.

Als je vervolgens gaat inzien wat het verlangen is voor jezelf en eventueel je toekomstige kinderen, kan duidelijk worden wat de taak is die aan jou gesteld wordt.

Dat is heel wat. Voor ieder persoon lopen deze processen anders, ieder heeft zijn/haar eigen verhaal. Een enkele keer komt het voor dat alles helder wordt in één sessie en dat is een groot cadeau, ook voor mij.

Praktijk

Van harte welkom bij **Fonkel!**

De meeste mensen ontvangen een (gedeeltelijke) **vergoeding** van hun ziektekostenverzekeraar vanuit de aanvullende verzekering (gaat niet van eigen risico af, geen verwijzing nodig).

Werktijden

Ilona: woensdagavond en/of donderdagavond.

Noor: maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag.

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>

Portret (filmpje 9 minuten) Noor:

<https://www.youtube.com/watch?v=z63ngpY6p-U>

Zie ook de betreffende icoontjes onder aan deze Fonkeling.

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. Fonkeling verschijnt zo'n 4 x per jaar, met de seizoenen.
Jaargang 9, Fonkeling 25, augustus 2016.*

