



Voorjaar?

Het is al weer zomer! Jullie hebben de Voorjaars-Fonkeling nog niet gekregen. Het is zo'n druk voorjaar dat ik er simpelweg geen tijd voor had. Ik klaag zeker niet. Bij Fonkel gaan cliënten gewoon altijd voor en dan blijft er wel eens wat anders liggen. Zo gaat dat.

EMDR-therapeut

Ik vergat al een paar keer te zeggen: dat ik na het EMDR Master Practitioner diploma, ruim een jaar een supervisietraject doorlopen heb. Dat is afgerond en mag mij sinds vorig jaar EMDR-therapeut noemen.

Hoe zou het toch met.....zijn?

Dat is een vraag die vaak bij mij naar boven komt. Zo komt een groot deel van mijn cliënten nog wel eens, in gedachte, 'bij mij langs'. Sommige mensen zie ik nog wel eens terug, als ze opnieuw bij Fonkel aankloppen omdat ze aan een nieuwe ontwikkeling toe zijn of ergens tegenaan lopen.

Als ik aan iemand denk, heb ik de neiging ze een mailtje te sturen om te vragen hoe het gaat maar daar kan ik niet aan beginnen. Flink wat mensen zullen hier echt niet op zitten te wachten want waar bemoei ik me mee? Het is ook geen doen. Ik vind dat af en toe een lastig dilemma. Ik doe het zo min mogelijk en dan stuur ik gewoon positieve energie naar degene waar ik aan denk.

Van de coachingskalender

'De kunst van het leven is trappen bouwen van de stenen waarover je bent gestruikeld'.

De 500^e

Zeer binnenkort ga ik mijn 500^e cliënt ontvangen! Daar ben ik erg trots op en zou dat graag delen maar vanwege de privacy kun je niet een nieuwe cliënt een bos bloemen onder de neus duwen en op de foto gaan.

fonkel
therapie en training
500^e

Wat wil ik eigenlijk vieren? Vooral de dankbaarheid naar cliënten toe die steeds maar weer het vertrouwen hebben om te komen. Zeker ook dank voor al die oud-clieënten die onvermoebaar hun dierbaren naar mij sturen.

Ik heb al ideeën over hoe ik op gepaste wijze mensen kan bedanken. Paul is al gevraagd een feestelijk pictogram te maken.

Van een (moeder van een) cliënt

"We hebben Noor natuurlijk al uitgebreid bedankt voor hetgeen ze voor Olivia heeft betekend. Maar we willen eigenlijk ook graag dat andere mensen weten wat voor prachtige dingen Noor daar allemaal bij Fonkel doet. Vandaar dat we in de pen zijn geklommen en we Noor gevraagd hebben om dit schrijfsel ook te publiceren. Op de website van Fonkel, in een nieuwsbrief, op Facebook, daar waar zij denkt dat het jongeren kan bereiken die wellicht ook een steuntje in de rug kunnen gebruiken.

Om de privacy van mijn dochter te waarborgen, noemen we haar in dit stukje Olivia, omdat zij dit een mooie naam vindt en eigenlijk graag zo had willen heten.

Olivia is een jonge griet van 17, die volop in het leven staat. Het gaat lekker met haar studie, ze heeft een paar fijne vriendinnen, sport veel, eet gezond en ook in haar ouderlijk gezin voelt zij zich thuis. Geen vuiltje aan de lucht zou je denken.

Maar helaas is dat niet helemaal waar. Olivia heeft te kampen met de angst om 's avonds alleen thuis te zijn. Dit heeft ze eigenlijk al een paar jaar, maar omdat ze eerst nog thuis woonde, was er altijd wel een mouw aan te passen. Ze was al weleens bij een kindervertherapeut geweest, maar dat heeft toen helaas niets geholpen.

Sinds dit schooljaar woont Olivia op kamers in een huis met nog een aantal andere studenten. En nu wil het toch wel regelmatig voorkomen dat de anderen weg zijn en Olivia alleen thuis is. Een paar maanden geleden sloeg het bang zijn om in angstaanvallen, waarbij de paniek ook echt toesloeg.

We hadden al weleens wat over EMDR gehoord en ik kende Noor van vroeger en herinnerde haar als een warme persoonlijkheid. Een vertrouwde omgeving vond ik voor Olivia van groot belang. Ook al moesten we daarvoor helemaal vanuit het hoge noorden van Nederland naar Brabant afreizen.

Na een eerste kennismaking voelde ook Olivia zich goed thuis bij Noor en werd er een vervoltraject ingezet. Tijdens de eerste 2 gesprekken hebben Noor en Olivia samen uitgebreid gekeken naar wat er "onder" de angsten zou kunnen zitten, om zo goed duidelijk te krijgen wat er precies aan de hand was. Dit was nodig om de EMDR zo effectief mogelijk in te kunnen zetten. Daarna was de eerste EMDR-sessie. Olivia kwam al na deze eerste keer als een soort van "herboren" terug. Wel erg verdrietig geweest en ook behoorlijk vermoeid, maar het voelde meteen heel erg goed. Twee weken later is er nog een afspraak geweest om nog wat puntjes op de i te zetten,

maar dat was meteen de laatste afspraak. De gesprekken met Noor en de EMDR hebben het leven van Olivia in korte tijd veranderd. De angsten zijn helemaal weg en Olivia kan nu zelfs genieten van het alleen thuis zijn. Eigenlijk best wel lekker om het huis voor jezelf te hebben.

Wetende dat het niet zomaar hocuspocus is waar Noor mee bezig is en dat ze als professional een gedegen opleiding heeft gevolgd, anders zouden we bijna spreken van een "wonder".

Lieve, lieve Noor, nogmaals super bedankt!

Een dankbare moeder en haar dochter Olivia xxx"

Dank je wel lieve moeder en dochter! N.

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:

"Zwanger

Ze kwam bij me omdat ze een miskraam had gehad. De biologische klok was aan het tikken en ze had er zoveel verdriet van. Ook lichamelijk had ze veel last. Maanden later was ze nog niet eens ongesteld geworden. Laat staan zwanger. De spanning liep alsmaar hoger op. "Ik wéét dat het misschien allemaal een beetje overdreven is maar ik wil zó graag".

We maakten een afspraak en in ons eerste gesprek bepraten we dat ze veel negatieve signalen heeft uitgezonden en dat het juist belangrijk is om vanuit vertrouwen in jezelf, je lijf en het grote geheel meer mogelijk te maken dan dat je je in negatieve gedachten over jezelf in de stress laat brengen. Met goede moed en nieuwe handvatten ging ze opgelucht naar huis.

Een week later deden wij een op maat gemaakte trance, een hypnotherapeutische methode waarbij je met je adem, je gevoel, je lijf en het onbewuste werkt. Hierin veel aandacht voor het openstellen van het lichaam voor een zieltje / een baby'tje wat wacht om te komen. In vertrouwen om de natuur zijn gang te laten gaan. Dat was ontroerend.

Meer dan deze 2 sessies vonden we niet nodig, er was een andere mindset en de trance was opgenomen op haar telefoon dus ze kon er thuis zelf verder mee.

Twee en een halve maand later krijg ik een juichend berichtje met een foto van babyslofjes, de uitgerekende datum en een echofoto. Na de eerste sessie was ze ongesteld geworden en nu...zwanger! Terug rekenend bleek ze meteen na de trance-sessie zwanger te zijn geworden!

Opgetogen vertelt ze: "Het vertrouwen begint nu echt te komen! We durven al na te denken over babyspullen en namen ;-). We zijn heel blij!! Je hebt me echt geholpen, dankjewel".



Wat word ik ongelofelijk blij van dit soort berichtjes! Het is gewoon een wonder!

Boek George Kohlrieser: Laat je niet gijzelen

Over het je niet laten gijzelen door anderen, ervaringen of door jezelf. Hij heeft het over je secure base: de ankers en ondersteuning die je in je leven hebt, in de vorm van mensen of doelen die belangrijke bronnen zijn ter bevordering van je eigen kracht. Leerzaam boek.

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 10, Fonkeling 28, juni 2017.

