



Case: (Her)vinden van mezelf

Periode

2020 - 2021

Opdrachtgever

Cliënte

Aanleiding

Voortdurend vastlopen in persoonlijke relaties.

Opdracht

Oud zeer verwerken en onbevangen naar eigen gedrag willen, durven en kunnen kijken.

Uitdaging

Rust bewaren.

Aanpak

In verschillende sessies gewerkt met verschillende werkvormen zoals geleide visualisatie en IZR (Interactieve Zelfresonantie).

Locatie

Mijn werkruimte.

Resultaat

- Cliënte ervaart meer ontspanning, zowel fysiek (bevestigd door osteopaat die opmerkt dat er minder spierspanning is) als mentaal.
- Meer compassie met en begrip voor zichzelf. Meer balans.
- Minder behoefte aan drinken.
- Weer opening in contact met familieleden waarmee ze jaren gebrouilleerd was.
- Vond fijne liefdesrelatie.