

Weer sterk als gezin

Wat je als familie met elkaar deelt, is niet in woorden te vatten. Ondanks dat er weleens onenigheid is, ervaar je een sterke band. Ieder gezinslid probeert dit op zijn eigen manier te beschermen. Je zou het gezin kunnen zien als een dynamisch systeem, dat zich aanpast aan de omstandigheden waarin het zich bevindt. Maar wat doe je als het systeem toch uit evenwicht raakt, door bijvoorbeeld een persoonlijk verlies?

Conflicten kunnen behoorlijk oplopen. Door de spanningen is het gezin in een neerwaartse spiraal terechtgekomen. Ruzies veroorzaken een verstoord dagelijks functioneren en hieruit vloeien gezondheidsproblemen en een gebrek aan energie voort. Je voelt je verdrietig en machteloos. De situatie overspoelt je en je weet niet meer wat je moet doen. Door mediation of coaching kun je gelukkig weer hervinden wat je zo dierbaar is. In een positieve flow komen. Het gezin stroomt weer.

DE SITUATIE IN DE HAND

Bij problemen in jouw gezin kun je denken aan mediation of aan coaching. Wanneer er een concreet probleem of conflict speelt, dat om een concrete oplossing vraagt (bijvoorbeeld een ouderschapsplan), dan ben je bij mediation aan het juiste adres. Mocht jouw familie nou met elkaar overhoop liggen, maar weet je niet meer hoe je er samen uit moet komen, denk dan aan coaching. Christel Hobbelen van Consonant Mediation & Coaching is zowel mediator als coach. Zij coacht bij alle soorten problemen die jij ondervindt als individu, in een relatie, in een gezin of in een samengesteld gezin.

JOUW GEZIN WEER GEZELIG

Gezinscoaching heeft als doel dat het gezin – ouders én kinderen - nieuwe handvatten ontwikkelen en inspiratie opdoen om samen goed verder te kunnen. Het intakegesprek vindt plaats met de ouder(s). Er wordt uitgebreid stilgestaan bij de hulpvraag die daarna wordt vertaald in concrete doelstellingen. Wat is er nodig en in welke vorm en volgorde? Subvragen hierbij zijn: waar ligt de meeste druk? Wat heeft prioriteit? Wanneer en hoe betrek je de kinderen erbij? Kinderen zijn erg intuïtief en voelen vaak feilloos aan waar het misgaat. Ook is het belangrijk voor kinderen om hun hart te kunnen luchten. Christel werkt ook met materialen, zodat de problemen ook op een andere wijze inzichtelijk gemaakt kunnen worden.



Niemand kan een doel raken dat hij uit het oog verliest...

VERWERKING

Niemand kan een doel raken dat hij uit het oog verliest... Volgens Christel zijn er bij coaching twee pijlers: hoe wordt er door de verschillende gezinsleden omgegaan met het verlies / de ingrijpende gebeurtenis? En: welke invloed heeft de gebeurtenis en de verwerking op de gezinsdynamiek? De verwerking is voor iedereen anders en kan van grote invloed zijn op het systeem. Het is belangrijk dat je zicht krijgt op de wisselwerking binnen dit systeem; dat er nieuwe verhoudingen gaan ontstaan. Christel werkt niet volgens een vast stappenplan, maar luistert vooral voordat er een aanpak op maat wordt gemaakt. Samen met Christel krijg jij jouw doel weer helder voor ogen en jouw gezinsleden met jou. Het gezin samen weer werkbaar maken, daar draait het om.

CONSONANT MEDIATION & COACHING

Christel Hobbelen • Vondellaan 110, 3521 GH Utrecht
030-2819855 • 06-10920881
info@consonantmediation.nl
www.consonantmediation.nl

