

Cirkel der Seizoenen, voor makkelijker omgaan met stress en onzekerheid.

Waardoor krijgt een mens stress? Veel mensen zijn bezig met wat er gisteren of langer geleden is gebeurd of zijn actief met het regelen van allerlei zaken voor de toekomst. Ze vergeten stil te staan in het hier en nu. Maar hoe doe je dat dan? Daar zijn veel manieren voor. Kunst is er achter te komen welke methode voor jou het beste werkt.

Stress heeft ook een functie. Wanneer is stress en onzekerheid voor jou functioneel en op welke momenten en hoe belemmeren deze zaken je in je functioneren. Dat zijn onderwerpen die we samen onderzoeken aan de hand van jouw vraagstelling.

Door de opgedane inzichten versterk jij je kracht, houd je de regie in eigen hand en maak je keuzes die het beste bij jou passen. Of je nu werkt in de gezondheidszorg, een chronische aandoening hebt of actief bent in de politiek. Je functie of achtergrond maakt niet uit. Ieder mens is uniek, elke aanpak is op maat gesneden.

Moderne coachings- en counsellingtechnieken combineer ik met oeroude wijsheden uit de natuur. De natuur weerspiegelt de cirkel van het leven en laat ons prachtig zien hoe zij met veranderingen omgaat.

Cirkel der Seizoenen biedt de volgende activiteiten:

1. Numerologische analyses
2. Mindful Analysis, begeleiding via internet
3. Coachings- en Counsellinggesprekken
4. Trainingen en workshops

Numerologische Analyse

Wil je weten wat de reden is dat je steeds in dezelfde situaties verzeild raakt? Sta je voor een belangrijke keuze? Denk dan eens aan een numerologische analyse. Je mailt je geboortedatum, je volledige geboortenamen en je



vraag. Daarna kun je kiezen: een uitwerking per e-mail of toelichting door een gesprek. De analyse per e-mail krijg je een week na aanmelding in je mailbox. Vervolgens heb je de mogelijkheid om via een eenmalige e-mailwisseling aanvullende vragen te stellen. Kies je voor een gesprek, dan bespreken we de uitwerking van de analyse en kun jij je vragen kwijt. Er is een mogelijkheid het gesprek op te nemen als je dit wilt.

Numerologie wordt gebruikt om mensen meer inzicht te geven in hun karakter, in hun sterke en minder sterke kanten en waar de kansen en valkuilen liggen.

Pythagoras ziet men als grondlegger van de numerologie. Hij geloofde dat de oorsprong van alles één grote energiebron is. Vanuit die energie zijn diverse kosmische stromen en trillingen ontstaan die invloed hebben op mensen. Hij vertaalde deze stromen in de getallen 1 tot en met 9 en deze getallen vormen de 9 hoofdstromen. Elk getal heeft zijn eigen trilling en betekenis.

Numerologen bestuderen deze getallen en de bedoelingen daarvan. Zo hebben ook alle letters van het alfabet een bepaalde getalswaarde. De basis van een analyse bestaat uit de geboortedatum en de volledige geboortenamen. Natuurlijk zijn er meer zaken van invloed op iemands persoonlijkheid die allemaal verder uitgerekend en verwerkt worden.

Mindful Analyses

Mindful Analysis, begeleiding via internet, is een laagdrempelige manier om de knelpunten waar je tegenaan loopt aan te pakken. Het is effectief, kortdurend en intensief door het e-mailcontact dat dagelijks op werkdagen plaatsvindt. Je kunt dit in je vertrouwde omgeving doen op momenten die jou het beste uitkomen.

Coachings- en Counsellinggesprekken

Iedereen verkeert wel eens in omstandigheden waarin zijn of haar leven even niet lekker loopt en daar verandering in wil. Dan is het plezierig hierover met een buitenstaander van gedachten te wisselen. De lengte van het traject is afhankelijk van je vraagstelling. Er vindt altijd eerst een intakegesprek plaats om de vraag helder te formuleren. Samen bekijken we daarna welke invalshoek voor jou het beste werkt.

Trainingen en Workshops, voor communiceren vanuit je eigen kracht.

Communiceren doen we dagelijks, met onszelf en anderen. Er is altijd interactie. Hoe zorg je ervoor dat je boodschap helder overkomt, hoe maak je de kans op een communicatiestoornis zo klein mogelijk en wat doet feedback met je. Dat is de kern van deze trainingen.

Je krijgt meer zicht op het communicatieproces, je eigen rol hierin en handvatten hoe je daar effectiever mee om kunt gaan. Je hebt meer grip op de situatie en je zelfvertrouwen stijgt ook in het hanteren van moeilijke gesprekken. De trainingen zijn er in een één- of meerdaagse variant en op maat gemaakt voor de betrokken deelnemers.

Contact

Annemiek de Crom
Florestanhof 56
3816 SP Amersfoort
Tel: 033 – 4751681 of 06 – 50 55 55 26

Kijk voor meer informatie op:
www.cirkelderseizoenen.com of e-mail naar:
info@cirkelderseizoenen.com

Aangesloten bij het [netwerk Mirjam.nu](http://netwerk.Mirjam.nu). Mindful
Analysis, begeleiding via internet.



Numerologie

Coaching en Counselling via eeuwenoude wijsheden

