met Hans Planje en Tosho Kooimans

Als wereldbewoners zijn wij in een intense periode van fundamentele veranderingen beland, waarin heel veel van ons gevraagd wordt en wij beslissende keuzes moeten maken, ook voor komende generaties. Dit is bepaald niet gemakkelijk en iedereen komt in dat proces de nodige druk, stress en onzekerheid tegen. Alles verandert en dat raakt veel aspecten van ons leven. Het vraagt om reflectie en zelfonderzoek en het is belangrijk dat we ons blijven verbinden, om te voorkomen dat we in de veelheid van wat van ons gevraagd wordt overweldigd worden, of ons verloren gaan voelen en eenzaam worden.
Aan de horizon zien we een wereldgemeenschap van mensen met een hoog bewustzijn, mensen die geleerd hebben om in harmonie met zichzelf en elkaar te leven, die een diep respect hebben voor alle ecosystemen en die de gezamenlijke productie op een duurzame, liefdevolle en zorgzame manier gebruiken voor het welzijn van iedereen.

Intussen kun je behoorlijk last hebben van overlevingsangst, achterdocht, boosheid, eenzaamheid, veranderende relaties, onzekerheid over de keuzes die je voortdurend moet maken, financiële perikelen, woonproblemen en noem maar op. Om je hierbij te ondersteunen bieden wij zowel een individueel traject als een groepstraject aan.

Het individuele traject

Dit bestaat uit 4 wekelijkse sessies van anderhalf uur.
De eerste sessie is gezamenlijk, dus met Hans en Tosho.
De tweede en derde sessie zijn individuele sessies, één met Tosho en één met Hans.
Daarin kan een specifiek thema verder uitgediept worden. De laatste sessie is weer gezamenlijk.
Naar behoefte is verlenging mogelijk.
Dit traject kan online worden gevolgd, maar ook live of een combinatie van online en live.

Individueel traject

Een live sessie met Tosho wordt in Hengelo gehouden, een live sessie met Hans in Enschede.

Dit blok van vier sessies kost 395 euro.

Een individueel traject kan op elk moment gestart worden.

De groepsintensive

Regelmatig starten we een online groep waarbij wij de nodige bedding en handvatten bieden, om te werken aan je eigenheid, je bewuster te worden van wie jij bent, hoe jij communiceert en op anderen overkomt en hoe jij de best mogelijke keuzes kunt maken. Daarnaast heb je de gelegenheid je te verbinden met gelijkgestemden en zorgen wij met zijn allen via korte deelrondes voor inspiratie en ondersteuning.

Ook dit traject bestaat uit 4 wekelijkse sessies van anderhalf uur met maximaal 4 deelnemers.
Alle sessies worden begeleid door Hans en Tosho samen.
Na het blok van 4 sessies kan de groep als geheel kiezen voor losse vervolgsessies of kan ieder afzonderlijk kiezen voor aansluitende individuele vervolgsessies.

Groepsintensive

De online Zoomsessies in combinatie met de opstellingsapp worden gegeven door Hans en Tosho samen.

Dit blok vier sessies kost 295 euro.

Een doorlopende online groep start zodra er minimaal 4 aanmeldingen zijn.

Als werkvormen gebruiken wij voornamelijk opstellingen met coaching, visualisatie, inspiraties, en oefeningen. Wij maken gebruik van de interactieve website Het Lege Midden, waarin online opstellingen mogelijk zijn. Daar kan iedereen die ingelogd is, zichzelf opstellen en verplaatsen of als representant deelnemen in de opstelling van een ander.
We gebruiken daarbij tegelijkertijd Zoom voor de onderlinge communicatie. De online opstellingenpagina Het Lege Midden blijkt een mooi alternatief voor de gebruikelijke live opstellingen.
Wanneer opstellingen nieuw voor je zijn, kun je de eerste keer ook gewoon toeschouwer zijn. Het mooie is dat zowel een opstelling ontvangen, als er in representeren, als deze als toeschouwer meebeleven alle drie impact op je hebben.

Heb je even helderheid, ondersteuning of inspiratie nodig?
Neem gerust contact op voor een intakegesprek!
Het enige wat je nodig hebt is een laptop of computer met internetaansluiting.

Voor verdere informatie en aanmelding:

Hans Planje	**info@hansplanje.nl**	**053-4772532**
Tosho Kooimans	**info@roots-and-wings.nl**	**06-43741939**

Hans - astroloog, coach en opsteller: "Met werkvormen die voortkomen uit psychotherapie, astrologie, speltherapie, coaching, familie- en organisatieopstellingen heb ik mijn eigen werkstijl ontwikkeld en is het mijn missie mensen en organisaties in veranderingsprocessen te begeleiden."

Tosho - systemische coaching en opstellingen over familierelaties, bedrijfsvraagstukken en maatschappelijke thema's: "Ik heb in de loop der jaren een eigen stijl ontwikkeld. Hierbij combineer ik mijn kennis over de werking van de menselijke geest met mijn intuïtieve vermogens. Dit levert verrassend heldere inzichten op, waardoor je tot acceptatie komt, oude zaken kunt laten rusten en weer energie krijgt om voller in het leven te staan."

SAMEN onderweg