

Onze filosofie en werkwijze:

'Pak de innerlijke oorzaak aan!'

---



**De 'ballast' die iemand met zich meedraagt, bepaalt hoe iemand zicht voelt, handelt, reageert en door het leven gaat.**

**Zo ook de situatie waarin uw collega of werknemer zich bevindt.**

**Bij ballast kunt u denken aan beperkende gevoelens, angsten, overtuigingen en onbewuste programmeringen.**

**De Body Mind Release methode is zeer goed in te zetten bij:**

- Meer werkgeluk ervaren
  - Weer positieve zaken zien
  - Vermoeidheid
  - Depressie en burn-out
  - Negatief zelfbeeld
  - Hooggevoeligheid
  - Afhankelijkheidsproblematiek
  - Gedragsproblematiek
  - Verbeteren vaardigheden en competenties
- 

**Body Mind in Flow**

**Noa**

**06 - 45138658**

**bodymindinflow@hotmail.com**

### **Niet praten maar doen!**

Het is de missie van Body Mind in Flow om de innerlijke oorzaak van levensklachten op effectieve wijze aan te pakken en onze cliënten te geven wat zij nodig hebben. Geen loze beloftes. Niet meer eindeloos praten over problemen of leren omgaan met. Maar doen!

O.a. het UWV maakt via professionele en opgeleide onderaannemers, verspreid over heel Nederland, gebruik van de Body Mind Release Methode. De basis van de methode wordt ingezet voor Werkfit en Re-integratie trajecten. Deze aanpak is ook prima geschikt voor medewerkers die dreigen uit te vallen of minder werkgeluk ervaren en preventief aan het werk willen.

### **Kortdurende trajecten!**

Een traject met de Body Mind Release methode is relatief kort, 7 à 8 weken. De begeleiding is erop gericht om de cliënten hun ballast zelfstandig te leren loslaten. Deze wordt vervangen door positieve gevoelens. Hierdoor krijgt uw medewerker al na enkele weken hernieuwde energie. Levensvreugde en een positief zelf- en toekomstbeeld. Door het terughalen van de verloren positieve gevoelens verbeteren ook de competenties en vaardigheden. Met de geboden interventies helpen wij uw cliënt letterlijk uit de metaforische modder. Het traject is **online** via Zoom en kan daardoor thuis of op een rustige plek op het werk worden gevolgd.

### **Snelle duurzame resultaten!**

Gaandeweg het traject weet uw cliënt ook steeds beter wat hij of zij wil en wat bij hem of haar past. Dat is nodig om echt stappen te kunnen maken. Na een maand of twee is het de bedoeling dat cliënt *zelfstandig* blijft doorgroeien met deze methodiek. De duurzame resultaten worden regelmatig als verbluffend ervaren.