Opbouwschema

Bij burn-out, bore-out en trauma

Fase	Uiting bij cliënt	Nodig van omgeving
Dieptepunt	Werk valt (gedeeltelijk) weg Huishouding lukt niet Boos en verdrietig Lichamelijke klachten Zoekt verdoving (evt verslaving)	Kring klein: thuisbegeleiding Geen druk van instanties
Overleven	Illusie in stand houden dat alles lukt	Thuisbegeleiding Hobby's / sport zonder druk
Rust in je leven	Komt zelf weer in beweging Pakt weer enige zelfstandigheid Veel behoefte aan rust Coaching om zichzelf en emoties beter te begrijpen	1e stap in werk zoeken/ herintegratie Energiegevers zoeken
Energie in balans	Eigen hobby's, energiegevers gebruiken Huishouden lukt op minimaal niveau Ruimte voor herstel Ruimte voor uitjes	Aantal maanden met dezelfde uren om te kunnen integreren, coaching bij trauma op een systemische manier
Integratie	Verwerking trauma Integratie van psycho-educatie naar de praktijk Energie bouwt verder op	Werk verder opbouwen of nieuw werk zoeken Ondersteunende coaching bij integratie in het dagelijks leven
Nieuwe balans	**Client weet wie die is Wat die nodig heeft Weet wat die kan Kan communiceren wat die wil en nodig heeft**	**Passend werk**

Als werk geen optie is, vervang dit dan door daginvulling.

Steverinkstraat 56 7011 JN Gaanderen info@miranda-meijer.nl 06-23599396

Miranda Meijer.NL
Maatwerk² Coaching voor gezinnen en bedrijven