

‘Leven draait om grenzen in en tussen mensen’

Therapie & Coaching & Training in Eenvoud

www.isimoo.com 06-22454721 info@isimoo.com

Ontmoetingsvragenlijst ISIMOO Therapie & Coaching

Als je bij mij langskomt voor hulp, dan starten we met een ontmoetingsgesprek. We beginnen met een kennismaking en daarbij gebruik ik twee vragen:

Wie ben je?

Wat doe je?

Een tijd lang ging ik dan verder met de drie vetgedrukte vragen. Ik vind het echter prettiger jou te laten kiezen uit de vragen of punten hieronder. Zoek jij er drie uit waar je graag op in wil gaan? Misschien zie je ook wel een vraag waar je de kriebels van krijgt, ook daar ben ik benieuwd naar.

Ben je bereid buiten je comfortzone te spelen?

Hoe ga je om met je spontane kant?

Hoe kijk jij tegen deze wereld aan?

Hoe ga jij om met controle en vertrouwen?

Wat weet jij van ‘ademhaling’?

Hoe ziet de onzichtbare wereld er voor jou uit?

Beschrijf eens jouw voedingspatroon.

Hoe is jouw slaappatroon?

Hoeveel beweeg en sport je in de week?

Hoe zijn voelen, doen en denken bij jou verdeeld?

Waar denk je aan bij ‘denkpatronen’?

Hoe zit het bij jou met energie en vitaliteit?

Wat is jouw wens, verwachting, behoefte?

Wat is het verschil tussen ‘adviezen’ en ‘suggesties’?

Welke vraag zou jij hier willen zien?

Wat wil je bereiken met therapie of coaching?

Reageer eens op ‘samen’ en ‘alleen’

Vertrouwen, Veiligheid en Erkenning, schaal 1-10

Wees echt, wees oprecht, wees transparant

Ik en jij zijn en blijven twee

Gezin van herkomst: Kluwen ----- Los zand?

Ik ben benieuwd naar onze ontmoeting, we zien elkaar op de afgesproken tijd.