

‘Leven draait om grenzen in en tussen mensen’

Therapie & Coaching & Training in Eenvoud

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

ISIMOO 2.0:

Intimiteit - Schijnintimiteit - Methode: Onderzoeken & Ontdekken

Het gaat hier om contact op het niveau van intimiteit of schijnintimiteit

Intimiteit	Schijnintimiteit
Echt contact en echte verbinding	Het lijkt echt en als je goed voelt, kijkt en luistert praten mensen langs elkaar heen: schijncontact en schijnverbinding
Gelijkwaardig & Wederkerig	Mensen maken zich kleiner of groter en vullen dingen voor elkaar in
Aandachtvolle en actieve houding zender en ontvanger	Inactieve, afgeleide houding zender en ontvanger
Kenmerken: helper, kwetsbare en assertieve	Kenmerk: dramadriehoek met redder, slachtoffer en aanklager, waarbij een switch en verwarring signalen zijn
Overwegend veilige hechting met de principes van ‘effectieve communicatie’	Vaker angstig, vermijding of gedesorganiseerd gehecht met het ontbreken van de principes van ‘effectieve communicatie’
Er wordt overwegend voldaan aan ISIMOO Basismodel Kloppende Communicatie	Meerdere issues uit het ISIMOO Basismodel Kloppende Communicatie
Terugtrekken heeft opladen als doel	Terugtrekken heeft vermijding als doel
Gevoelens van rust, veiligheid, tevredenheid, energie en vitaliteit	Gevoelens van onrust, stress, onveiligheid, angst en paniek

Tussen het niveau van intimiteit en schijnintimiteit zit een blokkade, die zich in kleinere of grotere mate kan manifesteren: angst. Wat is een effectieve aanpak tegen angst: gewoon dóén. Ik zou bovenaan een piste op ski's staan vast eng vinden, maar pas als ik actie onderneem weet ik of de angst terecht was. Kom ik niet tot actie, dan blijft de angst bestaan.