

## Welkom bij mijn Nieuwsbrief

Hartelijk dank voor de leuke reacties die ik mocht ontvangen na mijn eerste nieuwsbrief. Dat geeft de burger moed!

Het is alweer september; de vakantie zit er voor de meeste mensen weer op. Voor mij in ieder geval wel. Ik heb samen met mijn partner mogen genieten van het mooie, ruige landschap van Engeland. Wat een historie kent dat land. Het meest fascinerende vond ik Stonehenge; een bouwwerk dat zo rond 3100 voor Christus gebouwd zou zijn en bestaat uit een aantal stenen die in een cirkel van 35 meter zijn opgesteld. De functie is nog steeds niet bekend en Stonehenge omgeeft zich met vele mysteries. In september 2008 kwam er een onderzoek naar buiten waaruit bleek dat de daar gevonden menselijke resten een zelfde ziekte zouden hebben gehad. Daaruit werd geconcludeerd dat mensen naar deze plek zouden komen in de hoop genezen te worden. Je vraagt je af wat daar allemaal is gebeurd. Welke pieken en dalen hebben deze mensen gekend? Welke steun haalden zij uit deze omgeving? Welke verbinding zochten zij bij elkaar?

Ook in deze tijd zoeken wij contact met elkaar; via social media zoals Facebook en LinkedIn en dat doe ik ook via deze nieuwsbrief. Hoe doe jij dat? Welke steun heb jij nodig uit jouw omgeving? Hoe maak jij verbinding? Voor mij blijft persoonlijke, face-to-face aandacht het belangrijkste, dus wil je eens van gedachten wisselen, bel of mail me dan gerust voor een vrijblijvende afspraak. Veel leesplezier en een fijne herfst!

## AMG Coaching; het logo

In de vorige nieuwsbrief heb ik uitgelegd hoe de naam AMG Coaching is ontstaan. Dit keer het logo.

De regenboog en de zon staan centraal in mijn logo. De kleuren van de regenboog staan voor mij voor het proces waar je doorheen gaat om bij je doel te komen; je gaat aan de slag met jezelf en bekent kleur. Dit is soms confronterend en moeilijk, maar door bewustwording en meer inzicht behaal je je doel en gaat de zon vanzelf weer schijnen. Het is ook een vrolijk logo, want ik vind het belangrijk dat we, naast hard werken, ook samen kunnen lachen in de sessies.

Kortom; een Professionele aanpak in een Persoonlijke sfeer met ruimte voor Humor.



## Sta jij in jouw kracht?

Stel jij jezelf wel eens de volgende vraag?

*“Laat ik me (te) sterk door anderen beïnvloeden door wat ze van mij zouden kunnen denken? Ben ik slachtoffer of schepper van mijn eigen situatie?”*

Het is nog niet zo heel lang geleden dat ik me te sterk door anderen liet beïnvloeden en het te belangrijk vond wat andere mensen over mij dachten. Ik voelde me vaak slachtoffer, maar had niet in de gaten dat ik door mijn eigen gedachten en mijn daaruit voortvloeiende gedrag vaak zelf zorgde voor een negatieve afloop. In mijn praktijk kampen mijn cliënten ook vaak met dit probleem. Ik gebruik dan de methodiek ‘slachtoffer – schepper’ met een negatieve aflopende trap en een positieve opgaande trap. Hierdoor krijg je meer inzicht in je eigen gedrag in een situatie waarin je je slachtoffer voelt en word je je meer bewust van de andere mogelijkheden die je hebt.



Op mijn [website](#) staat meer uitleg over de methodiek ‘slachtoffer / schepper’. Welke keuze maak jij?

## Nieuwe aanbevelingen op mijn website

Mijn passie ligt in coachen en het hierdoor laten groeien van mensen. Wanneer cliënten hun doel behalen ben ik blij en trots, net als zij. Het doel behalen gaat niet vanzelf; er wordt hard gewerkt!

Naast de voldoening wat een bereikt doel oplevert, is het extra fijn als een klant zo tevreden is dat hij/zij een aanbeveling op mijn website wil plaatsen. Er zijn er inmiddels weer twee op mijn website geplaatst door Erik en zijn leidinggevende Bas. Wellicht heb je ze al gelezen, maar zo niet. [Lees verder....](#)



## Opmerkingen, tips, contact, etc.?

Ik ben erg benieuwd wat je van mijn nieuwsbrief vindt. Laat het me weten op [info@amgcoaching.nl](mailto:info@amgcoaching.nl) of neem contact op via 06-18326153. Tot de volgende keer!

Wil je je afmelden voor de nieuwsbrief, stuur dan even een mailtje.