

Elena Björkenäng

Certifierad Coach/Symbolpedagog/Facilitator



Symbolarbete

Att utvecklas och utforska sig själv med hjälp av symbolarbete är en spännande resa in i det undermedvetna och den stora källa till kunskap som finns där. Genom att arbeta med visualiseringar, måleri och drömmar får du tillgång till ett nytt språk, ett språk som vi tillsammans försöker förstå och översätta till vardagens händelser.

Ibland låter vi oss styras för mycket av det som sker i våra huvuden, logos, genom att tankarna tar över och vi tappar kontakten med känslor och andra dimensioner av oss själva. Vi försöker finna lösningar och svar genom att betrakta våra problem och frågor logiskt och med fokus på det talade ordet. Av olika anledningar stänger vi av länken mellan det förnuftiga och våra känslor vilket kan leda till en otillfredsställelse och känsla av ofullkomlighet.

Med hjälp av guidade visualiseringar och måleri plockar vi fram information som ligger utanför logos, vilket blir representerat i symboler (inre eller yttre bilder) som vi tittar på och försöker förstå för att kunna hitta de svar som saknas. Under ett symbolarbete är även coachande frågor ett viktigt verktyg och kombinationen ger ett effektivt sätt att komma fram till en ökad kunskap och större välbefinnande.

Innehållet i arbetet utgår från vad du behöver och vill dela med mig.

Jag har tystnadsplikt.

Antalet träffar är beroende av vilka frågeställningar vi arbetar med. Vanligtvis ses vi lite oftare i början (var annan/tredje vecka) och därefter med längre mellanrum (en gång per månad) för att du ska få tid att arbeta mellan träffarna. Ett samtal varar i 1 timme. Arbetet sker vid ett möte på min mottagning och ev målar material ingår i priset.

Avbokning

Du som klient, har ansvar för att komma i tid till våra möten och att meddela i god tid om du är försenad eller förhindrad att komma. Avbokning sker senast kl. 14.00 dagen före inbokad träff för att slippa betalning. Skulle så inte ske debiteras du för 1 timme enligt gällande taxa. Undantag för denna regel medges vid akut sjukdom eller omhändertagande av sjukt barn/anhörig. Jag som coach, har ingen skyldighet att kompensera dig om du blir försenad och eventuell övertid betalas av klienten. Reglerna om avbokning beskrivna ovan gäller även mig som coach och skulle jag brista i att uppfylla dem, kompenseras klienten med 1 timmes fri coaching.

Kontaktdata

Telefon: 070-273 62 58

E-post: elena@bjorkenang.se

Hemsida: www.bjorkenang.se