



# Transformatiespel van intentie naar realiteit

## Bereik wat je wenst

Het transformatiespel speel je met een specifieke vraag of intentie. Iets wat je wilt verbeteren of veranderen in je leven en wat maar niet lukt. In ieder van ons liggen onbenutte krachten verscholen. Minder dan 10 % van ons gedrag wordt beïnvloed door het bewustzijn; door houding, kennis en vaardigheden. Die andere 90 % gebeurt allemaal onderbewust. Daarom gaan dingen soms ook anders dan je je had voorgenomen. Het is een kwestie van erbij zien te komen, bij je emoties, je overtuigingen, je motieven en drijfveren.

Dan kan je ze op een positieve, creatieve en constructieve manier gebruiken in plaats van dat het je in de weg zit.



## Het Transformatiespel

Het Transformatiespel is een bordspel met een dobbelsteen en diverse kaartjes. In het spel kom je belemmeringen, krachten en hulpbronnen tegen waardoor je op een nieuwe manier naar situaties leert te kijken. Hierdoor krijg je veel meer keuzemogelijkheden.

## Inzicht in wat je in de weg zit en in jouw krachtbronnen

Het Transformatiespel geeft inzichten die je kunnen helpen om:

- Belangrijke persoonlijke kwesties op te helderen
- Nieuwe activiteiten te ontplooiën, nieuwe stappen te zetten
- Nieuwe richtingen te bepalen
- Stresspatronen en non-productieve gewoonten te veranderen
- Angsten te overkomen, meer zelfvertrouwen te krijgen
- Nieuwe mogelijkheden te ontdekken
- Conflicten met anderen uit te werken, relatieproblemen
- Om te gaan met verandering, ook na scheiding of bij rouwverwerking
- Om te gaan met ingrijpende gebeurtenissen als ziekte of baanverlies
- Blokkades te verwijderen die spontaniteit, succes en creativiteit in de weg staan



# Transformatiespel van intentie naar realiteit

## De rol van de spelleider

Als spelleider ben ik er om jou en je mogelijke medespelers door het spel te begeleiden, voor een veilige en goede sfeer te zorgen en de focus te houden. Ik help je door bepaalde vragen en interventies inzicht te krijgen in beperkende patronen en zorg ervoor dat jij ervaart waar jouw krachten liggen die je in kan zetten.

## Alwine van Heemstra

Met mijn werk als communicatiespecialist geef ik mensen een stem door hun verhaal te vertellen. Dit doe ik inmiddels 25 jaar met audiovisuele concepten, voor radio en televisie en voor organisaties. Een aantal jaren geleden volgde ik een coachingtraject omdat ik tegen iets aanliep waardoor ik niet die ene stap verder kwam. De coaching had enorme impact, het was alsof er kanalen open gingen met nieuwe mogelijkheden. Ik kwam hierdoor ook veel directer bij mijn creative vermogens. Zo ontstond de behoefte om anderen te helpen om gericht toegang te krijgen tot hun beperkend patronen en hulpbronnen. Ik volgde een serie opleidingen en verdiepte me in technieken die toegang verschaffen tot het wonderlijke onderbewustzijn waar zoveel informatie in verborgen ligt. Als coach help ik jou toegang hiertoe te krijgen en om jouw eigen innerlijke krachten een stem te geven. Dit doe ik met het Transformatiespel maar ook met andere tools zoals Points of You, opstellingen en NLP interventies.



## Reacties

*'Ik vond het bijzonder hoe het spel mee heeft kunnen helpen om drempels te benoemen, kansen in te zien en mijn strategie scherper te maken—Actionable.'*

*'Het deelnemen aan het transformatiespel heeft mij veel duidelijkheid gegeven over kwesties waar ik al lange tijd geen beslissing over kon nemen. Alwine is een openhartige en toegewijde begeleider die serieus meedenkt en je tijdens het spelen helpt je antwoorden specifiek te verwoorden, zodat je er nog meer uit haalt.'*

*'Een heel andere en vooral eerlijke manier om open naar jezelf te kijken zonder dat het ongemakkelijk wordt. Ik vond het een hele warme, ontspannen ervaring, maar toch ook een intense beleving voor een opdracht aan mezelf.'*

*'Toveren met belemmeringen en remmingen, je voelt je vrijer, blijer en in 'control'. Vele inzichten rijker. Bovendien is het gewoon hartstikke leuk om te doen.'*



# Transformatiespel van intentie naar realiteit

## Programma's

### Particulier 2-4 spelers

Je onderzoekt een uitdaging, iets wat je graag wilt veranderen of verbeteren. Ieder heeft zijn of haar eigen intentie. Je krijgt diepgaand inzicht in wat jouw krachten zijn om wat er in jouw weg staat te overkomen en je ideale resultaat te bereiken.

Locatie: Amsterdam Noord of gewenste locatie

Kosten: 80 euro incl. btw per persoon.

Duur: 3 uur voor 2 spelers, 4 uur voor 3 spelers, 5 uur voor 4 spelers.

Voorbeelden van uitdagingen waar mensen mee komen: ik wil al jaren een boek schrijven maar begin er maar niet aan. Ik wil weer normaal contact met mijn zus. Ik weet niet of ik in de juiste relatie zit. Ik wil stoppen met roken. Waarom reageer ik steeds zo heftig op mijn moeder. Ik wil een huis kopen maar heb het geld niet. Waarom krijg ik die promotie niet terwijl ik wel de capaciteiten er voor heb. Ik weet niet meer wat ik zelf wil.

### Privésessie

Een coachingsessie aan de hand van het spel waar de facilitator als jouw tegenspeler op jouw thema je nog meer inzicht helpt te geven.

Locatie: Amsterdam Noord of gewenste locatie

Kosten: particulier 160 euro incl. btw, zakelijk 190 euro excl. btw

Duur: 3 uur



### Team 3-6 spelers

Je speelt met 3-6 personen met een gezamenlijk doel waar ieder een eigen uitdaging in pakt. Je onderzoekt samen wat ieders krachten zijn, wat de belemmeringen zijn en hoe je gezamenlijk tot betere prestaties kan komen.

Kosten: 800 euro

Duur: twee dagdelen

Alle programma's kunnen zowel in het Engels als in het Nederlands worden gegeven.