De werkwijze.

**Missie:**

Het maakt niet uit of ik vanuit mijn rol als therapeut of als coach een dienst verleen. Centraal staat voor mij: **“Dat ik mensen wil laten leven vanuit hun hart.”** Ik kan daarbij helpen door je op een open, gelijkwaardige en respectvolle wijze kennis te laten maken met jezelf. De verbinding met jezelf aan leren gaan, betekent erkennen wie je bent en wat je bent. Dit geeft nieuwe inzichten wat betreft de mogelijkheden van waar uit je kan putten om zo je dromen te kunnen realiseren.

**Visie:**

Naar mijn mening vormen lichaam en geest een geheel en hou er om die reden dan ook een holistische en een integratieve zienswijze op na. Dit heb ik verder vanuit een oplossingsgerichte en neurologische linguïstische (NLP) benadering onderbouwd. Om na een gemiddeld aantal van 7 tot 10 sessies beter in je kracht te komen staan, is het van belang dat je bereid bent verbinding met je kern m.a.w. je innerlijke ik te leggen. Ben je erin geslaagd die innerlijke verbinding te leggen? Dan ben je op weg om beter in balans te zijn en te leven vanuit je hart! Gefeliciteerd! Want dat is een overwinning! Wat maakt dat er op natuurlijke wijze een krachtige energie in je lijf is gaan stromen. Je bent dan beter in staat je droom te realiseren en je omgeving vol vertrouwen, open en respectvol tegemoet te treden. Door je zelf te leren kennen en vanuit je hart te leven ben je beter in staat de verbinding met je omgeving aan te gaan, en levensproblemen het hoofd te bieden.

**Telefonische aanmelding:**

Elke werkdag vanaf 9:00 t/m 17:30, zijn we graag voor je bereikbaar en staan we je met al je vragen te woord. Je kan ons bellen voor het direct maken van **gratis** en vrijblijvend kennismakingsgesprek, of je we kunnen je nader informeren over onze diensten zoals die in de folder of op deze website staan aangeven. Blijkt dat je bij ons aan het verkeerde adres bent, dan verwijzen wij je binnen onze mogelijkheden door naar anderen.

**Het vrijblijvend kennismakingsgesprek:**

Aan de hand van je coaching vraag of hulpvraag staan we in het kennismakingsgesprek stil bij wie jij bent en waarnaar je op zoek bent. Ik vertel wat over mezelf, mijn praktijk Du-lotus. Zo ontdekken we of er tussen ons een klik is, en wordt helder wat ik te bieden heb. We bespreken vervolgens welk traject coaching of psychosociale therapie, het beste op jou vraag aansluit en wat jij van me daarin mag verwachten.

**De Intake:**

Bij aanvang van de intake neem ik jou persoonlijke gegevens op zoals: het polis nummer van de zorg verzekeraar en jou identiteit gegevens. Tijdens de intake procedure neem ik graag de tijd om gehoor te geven aan je verhaal. Met dit helder voor ogen, stellen we gezamenlijk een behandel - of coaching plan op. Wanneer we samen achter dit plan kunnen staan, wordt dit voor de daaropvolgende sessies als leidraad gebruikt.

**De sessies:**

Op basis van de vooraf vastgelegde afspraken en in het plan vastgestelde doelen vinden er gemiddeld genomen om de twee weken sessies van 60 minuten plaats. Tijdens de sessies gaan we dieper in op jou coaching vraagstuk of de sociaal emotionele problemen waar jij mee zit. Dit doe ik door je te helpen, ondersteunen en coachen bij het versterken of terug vinden van je eigenheid. Door verschillende oefeningen met je aan te gaan help ik je de uitdaging aan te gaan met je wezenlijke zelf. Dit is een waardevolle uitdaging maar niet eenvoudig om dit in je eentje te doen. Als je bereid bent om naar jezelf te kijken door de oefeningen en de huiswerkopdrachten serieus te nemen, kom je in een proces van innerlijke groei en bewustwording en dat helpt je altijd verder.

Of het nu gaat om een coaching traject of om psychosociale therapie je inzicht groeit in je oude patronen en leer je, door weer in contact te komen met je authentieke gevoel, er een nieuwe levenswijze voor in de plaats te stellen, een die meer aansluit bij wie je nu bent. Tijdens dit proces kom je steeds meer in je kracht te staan en dat werpt zijn vruchten af op ieder gebied van je leven.