

JA & NU



LICHAAMSGEORIËNTEERD
EN VAKTHERAPEUT

INFORMATIE VOOR VERWIJZERS

Het lichaam geeft middels signalen (waaronder symptomen) aanknopingspunten: pijn, duizeligheid, misselijkheid, hyper- dan wel hypotone spieren etc. In een lichaamsgeoriënteerde benadering helpen we de cliënt deze signalen te herkennen en als 'helpers' in te zetten.

Dat psychische problemen qua etiologie en fenomenologie vaak sterk lichamelijk bepaald zijn, had tot dusver voor de psychotherapeutische praktijk weinig consequenties. In psychotherapie trachten we doorgaans onze belevingen te verwoorden in symbolen van taal. De inzichten over de gevolgen van fysieke- en seksuele traumatisering en recent emotie-en geheugenonderzoek laten zien dat ontwikkelingstekorten en vroege traumata zich in het heden kunnen manifesteren als lichamelijke ervaringen en sensaties. Er is tegenwoordig daarom duidelijk sprake van een toenemende behoefte aan vormen van psychotherapie waarin het lichaam een plaats heeft.

Uitgangspunt en doel van lichaamsgeoriënteerde vormen van psychotherapie is de eenheid, de totaliteit van lichaam en geest. Ze zijn ontstaan vanuit verschillende oudere therapeutische stromingen zoals de psychoanalyse, de humanistische, de existentiële en transpersoonlijke therapie. Deze zijn geïntegreerd tot een holistische benaderingswijze. Daarbij nemen lichaamsgeoriënteerde methoden een centrale plaats in. Er is geen hiërarchische verhouding tussen lichaam en geest, soma en psyche, omdat ze beide werkzame en interactieve aspecten van het geheel vormen.

Ik vind het belangrijk dat een hulpverleningsproces gefaseerd verloopt. Daarom wordt in eerste instantie gewerkt naar symptoomreductie en stabilisatie, daarna volgt een fase waarin dieper op onderliggende problematiek wordt ingegaan en afsluiting volgt tenslotte na integratie en rehabilitatie.

Steeds in samenspraak met de cliënt die overigens zelf een inhoudelijk- alsmede een zakelijk werkcontract opstelt.

Praktijk Ja & Nu
Fenna A. Engelsberg-Wanmaker
Spaarwaterstraat 32
2593 RN Den Haag
Tel. 070 - 3818940
E-mail info@ja-en-nu.nl
Web www.ja-en-nu.nl

Aangesloten bij NVBT en FVB
Geassocieerd lid NAP