

COACHING

Coaching is een vorm van persoonlijke begeleiding op basis van een gelijkwaardige één-op-één-relatie. De cliënt leert, wij ondersteunen en begeleiden dit leerproces. Binnen het coachingstraject worden de doelen vooraf bepaald. Het doel van coaching is het vergroten van de persoonlijke effectiviteit van de cliënt. Ben je op zoek naar ondersteuning in;

Persoonlijke ontwikkeling - sensitiviteit en intuïtie, - reflexie vermogen - een frisse kijk op relaties - effectiever communiceren - omgaan met weerstanden - authenticiteit en authentiek gedrag - een volgende stap nemen (werk of privé).

DE PRAKTIJK – WIE ZIJN WIJ

Alice Zeilinga-Gerritsen

therapeut en coach

Alice is als therapeut gericht op de quantumresponse en massages binnen Praktijk Immens.

De combinatie van therapeut, masseur en coach zijn, is haar passie. Alice weet letterlijk en figuurlijk snel de vinger op de zere plek te leggen en de oorzaken aan te pakken. Een gerichte aanpak met aandacht voor mensen en hun welzijn.



Xavier Zeilinga

coach en psychosociaal hulpverlener

Xavier ondersteunt de therapie binnen de praktijk Immens vanuit zijn rol als transformatiecoach en mediator.

Zijn pragmatiek blijkt vooral uit de manier waarop hij met mensen in gesprek gaat. Xavier is analytisch en maakt vlug de verstaalslag naar wat er nu mag gebeuren.

'Psychosociale begeleiding en/of coaching in combinatie met onze therapie werkt bewezen sneller, effectiever en doeltreffender.'



Leg ons gerust uw vragen voor.

CONTACT

Praktijk Immens

Doornbosch Hofstede 73
6961 MD Eerbeek

T: 0313 - 41 00 01
E: info@praktijkimmens.nl
I: www.praktijkimmens.nl

Kamer van koophandel

KvK 51642204

Rabobank

NL81 RABO 0341 4696 37

Pinnen, Ja graag

U kunt pinnen in de praktijk

Alice of Xavier rechtstreeks bellen of berichten via
Whats App:

Alice: 06 - 203 35 137

Xavier: 06 - 135 68 800

Praktijk Immens is onderdeel van Immens training en coaching (www.immens.nl)



Psychologische en fysiologische praktijk voor therapie en coaching

Veel lichamelijke aandoeningen vinden hun oorsprong in de psyche, het zijn psychosomatische klachten.

Een niet aflatende werkdruk, terugkerende ergernissen en indringende gebeurtenissen veroorzaken stress, waardoor we ernstig uit balans kunnen raken. Deze stress, die we in ons hoofd beleven, geeft uitdrukking aan de overbelasting door lichamelijke klachten te ontwikkelen.

Aanbod Praktijk Immens

⚡ De therapie
⚡ Massages

⚡ Psychosociale begeleiding
⚡ Coaching



*'Een gezonde geest
in een gezond lichaam'*

Alice Zeilinga-Gerritsen

DE THERAPIE

Quantumresponse-techniek is een methode die ons in staat stelt direct in uw bijzijn of indirect -aan de hand van een testmonster- een analyse te maken. Bovendien hebben wij de mogelijkheid (homeopathische) middelen te testen.

Het accent van onze behandeling ligt op het aanpakken van de oorzaak van de klacht in plaats van op symptoombestrijding.

De mens kan worden gezien als complex systeem dat constant informatie uitwisselt met zijn omgeving. Een mens wordt als "gezond" beoordeeld, als het zelf in staat is storingen te reguleren. Een mens is ziek als dit mechanisme is ontregeld. Vooral bij een chronische ziektegeschiedenis is het in acht nemen van de diverse factoren noodzakelijk.

Gedurende de behandeling willen we graag weten of u ook medisch onder behandeling van een arts staat en/of medicijnen gebruikt.

Onze therapie betreft geen medische diagnose en is dan ook geen vervanging voor de traditionele geneeskundige behandeling, maar eerder een middel om onderliggende oorzaken van pathogene toestanden evenals hun systemen te ontdekken en te behandelen. Met onze testmethode testen wij op 5 niveaus. Hierin gaan wij op zoek naar de onderliggende oorzaken van de klacht.

Deze niveaus zijn:

- 🔗 Het fysieke niveau (lichaam)
- 🔗 Het emotionele niveau (de belevingswereld)
- 🔗 Het mentale niveau (gedachten)
- 🔗 Het sociale niveau (de verbinding met anderen)
- 🔗 Het spirituele niveau (zingeving, passies en drijfveren)

DE MASSAGE

Sportmassage speelt een steeds grotere rol in de tendens om gezonder te leven en is een manier om voor en na inspanning de activiteit en het herstel van de spieren te bevorderen. Bij onvoldoende herstel kan er een blessure ontstaan waardoor u tijdelijk of voor langere tijd niet meer kunt sporten. Soms kunt u zelfs niet meer aan het werk. De spieren, pezen en gewrichten hebben te veel te lijden gehad. Dat uit zich in vermoeidheid, stijfheid en pijn. Maar zelfs bij eenvoudige spierpijn, kan bij onvoldoende herstel een blessure ontstaan.

Stoelmassage is een effectieve drukpuntmassage van hoofd, rug, nek, schouders, heupen, armen en handen. De massage is gebaseerd op traditionele Japanse accupressuurtechnieken. De massage wordt ondergaan op een speciaal daartoe ontwikkelde stoel. Deze stoel is ergonomisch en ondersteunt alle lichaamsdelen zodat het lichaam zich volledig kan ontspannen. Tijdens deze massage wordt er geen gebruik gemaakt van oliën en u houdt uw kleding aan.



*'Ontspannen of herstellen?
Massage helpt'*

Voetreflextherapie is gebaseerd op de gedachte, dat lichaam en geest met elkaar verbonden zijn en daardoor één geheel vormen. Wanneer lichaam en geest niet in balans zijn, kunnen er blokkades ontstaan en kan men lichamelijke en/of geestelijke klachten krijgen. In de voet bevinden zich reflex- en energiepunten, die in verbinding staan met alle weefsels en organen in het lichaam. Door druk te geven op bepaalde punten die in verbinding staan met de klachten van de cliënt kunnen deze blokkades worden opgeheven, waardoor de energie weer vrij door het lichaam kan stromen. De methode is gericht op het zelf herstellende vermogen van het lichaam te activeren.

Ontspanningsmassage kan zowel lichamelijk als geestelijk werken voor het behoud van een goede gezondheid. Uiteindelijk is de ontspanningsmassage bedoeld om los te komen van de dagelijkse stress van lichaam en geest, zodat het lichaam weer ervaart hoe het aanvoelt om ontspannen te zijn.

PSYCHOSOCIALE BEGELEIDING

Psychosociale begeleiding kent verschillende mogelijkheden.

Onze benadering kenmerk zich door de breedte, cliënt-gerichtheid en de praktische toepasbaarheid. Ons aanbod bestaat o.a. uit oplossingsgerichte therapie, transformatieele coaching en praktische hulp bij persoonlijke ontwikkeling.

Psychosociale begeleiding richt zich op wat er nu mag gebeuren, zonder voorbij te gaan aan ervaringen in eerdere levensfasen. Het zelfgenezend en probleem-oplossend vermogen van de cliënt wordt geactiveerd.

Wanneer persoonlijke begeleiding?

Onze specialismen zijn het begeleiden en ondersteunen bij psychische en/of psychosomatische* klachten door;

- 🔗 Stress in de werk- of privésituatie
- 🔗 Overspannenheid en burn-out
- 🔗 Onzekerheid en/of een laag zelfbeeld
- 🔗 Relatie- en/of communicatieproblemen

Psychosociale begeleiding ook bedoeld voor geestelijk gezonde mensen die de kwaliteit van hun leven willen verbeteren of hun wensen en verlangens concreet vorm willen geven.



*'Van nieuwe inzichten
naar concrete
handvatten'*

Xavier Zeilinga

*'Sinds de behandelingen
worden mijn ogen beter en
kan ik weer zien'*

Kijk voor meer ervaringen van cliënten op:
www.praktijkimmens.nl