


platvoet consulting

voor gezond functioneren

Muntweg 205
6532 TH Nijmegen
Tel. 024-3565385, 06-53654729
www.platvoetconsulting.nl
KvK-nummer: 09188947
BTW-nummer 0912.11.967.B.01

VIV-lidnummer:1907410A 
AGB-code Lucy Platvoet: 90-041994
AGB-code praktijk: 90-(0)50805
SRBAG-reg.nummer: 314145
Prestatiecode: 24504 'Behandeling overige psychosociale therapie'

Informatie over de behandeling door Lucy Platvoet

Start, verloop, beëindiging

- In de intake maken we kennis en bespreken we je situatie, ervaringen, belemmeringen, wensen en doelstellingen
- Vervolgens formuleren we je doelstellingen en informeer ik je over de voorwaarden voor de behandeling (tijdsduur, kosten per sessie, regels bij afmelden en beëindiging behandeltraject, klachtenregeling).
- Bij akkoord van beide partijen start het traject.

Uitgangspunt

Om het beoogde resultaat te bereiken gaan jij als cliënt en ik (Lucy) als behandelaar een inspanningverplichting aan: wij beiden zijn er verantwoordelijk voor om te doen wat in ons vermogen ligt om de doelen te bereiken.

De behandeling

Het proces:

In een consult verkennen we je persoonlijke kwaliteiten, drijfveren en patronen, die invloed hebben op je beleving van de situatie. We kijken samen hoe je in plaats daarvan je situatie wèl zou willen beleven en wat je belemmert om dat te doen. Vervolgens bepalen we wat je nodig hebt om je doel te bereiken. We ontdekken en creëren daarvoor nieuwe mogelijkheden. Je krijgt handvatten ter verbetering. We activeren de benodigde vaardigheden, talenten en gevoelens. Dit terwijl we constant checken, of wat we doen jou dichterbij je doel brengt.

Hoe verloopt de behandeling?

Met woorden of op andere wijze kan ik je helpen verkennen, ontdekken, ondersteunen, uitdagen. Hierbij richten we ons minder op een rationele analyse van je ervaringen, maar meer op een doorleefd, gevoeld ervaren. Kunnen voelen en begrijpen van je lichamelijke sensaties helpt om de juiste keuzes te maken voor het realiseren van gewenste veranderingen. Afhankelijk van wat bij je past kan ik je vragen om

- Je ervaringen te tekenen/schilderen,
 - je in te leven in jezelf, in delen van jezelf of in de mensen met wie je te maken hebt,
 - situaties te oefenen met mij of in je dagelijkse praktijk tussen de sessies.
- Daarnaast geef ik desgewenst praktische informatie en tips. Vaak kiezen we aan het eind van een sessie opdrachten/oefeningen voor de tussenliggende periode.

Opleiding/ervaring: Ik ben afgestudeerd in de sociale wetenschappen, en heb ruime praktische ervaring in coachen en in het aansturen en ondersteunen van resultaatgericht werken in organisaties en bedrijven. Bij de consulten maak ik o.a. gebruik van technieken uit Neurolinguïstisch Programmeren (NLP) zie www.nvnlp.nl, Progressive Mental Allignment (PMA) zie www.pmanederland.nl, systemisch werken, zie www.hellingerinstituut.nl, Emotional Freedom Techniques (EFT) zie www.eftnederland.nl, mindfulness, zie wikipedia, geweldloze communicatie, zie www.geweldlozecomunicatie.org, en Transactionele Analyse, zie www.transactioneleanalyse.nl.

Resultaat

Na afloop heb je jezelf veel beter leren kennen en hanteren. Dat geeft zelfvertrouwen en helpt bij het bereiken van doelen. Verdere mogelijke resultaten zijn:

- Je weet beter wat je wilt en kunt dit sterker en sociaal aanvaardbaar duidelijk maken en realiseren
- Je relaties zijn betekenisvol, gelijkwaardiger, verlopen prettiger
- Je hebt je energiebalans hersteld en kunt deze op peil houden
- Je hebt weer meer inspiratie voor je privéleven, werk, gezondheid
- Je kunt inspirerend leiding geven aan anderen
- Je voelt je gezonder, zit beter in je vel, kunt beter omgaan met de signalen van je lichaam
- Je wordt niet meer geleid door je trauma's
- Je voelt meer rust en ontspanning
- Je kunt beter omgaan met conflicten
- Je kunt kiezen om de controle los te laten
- Je kunt beter en sneller beslissingen nemen.

Als je vragen hebt, neem gerust contact op. Graag zal ik je begeleiden om je doelen te bereiken. Hartelijke groet,

Lucy Platvoet