



COUNSELING

Een gezonde geest leeft in een gezond lichaam

Counseling is praktische psychologische hulp voor mensen met problemen die niet het gevolg zijn van een psychiatrische aandoening. Doel van counseling is dat u weer in balans komt en de regie over uw eigen leven kunt voeren.

Wat doet een counselor?

Een counselor geeft inzicht in wie u bent, hoe u bent en wat u wel en niet wilt met uzelf en uw leven. Samen met u brengt de counselor in kaart wat uw kwaliteiten, talenten en valkuilen zijn. En hoe u dit alles kunt inzetten om weer in balans te komen en optimaal te functioneren. Ook geeft hij inzicht in wat uw passie is en hoe u daar in uw leven uiting aan kunt geven.

Hoe werkt een counselor?

Een counselor is in feite een objectieve, invoelende buitenstaander. Hij helpt u om uw problemen op te lossen of beter met uw situatie om te gaan door gestructureerde gesprekken met u te voeren: één op één, persoonlijk, invoelend en doeltreffend. Aandacht, betrokkenheid, openheid en de bevestiging dat de counselor u totaal accepteert in wie, wat en hoe u bent: dat zijn de pijlers waarop counseling is gebaseerd.

Tweerichtingverkeer

Counseling werkt naar twee kanten. Niet alleen de counselor maar ook ú moet bereid zijn u open te stellen voor deze therapie en gemotiveerd zijn om te werken aan uw welzijn en welbevinden. Alleen dan bereikt u het beste resultaat.

Wat is het doel van counseling?

Weer in balans komen en zelf de regie over uw eigen leven voeren. Dat is het voornaamste doel van counseling.

Wat is de meerwaarde van counseling, TCG en massage?

Juist de combinatie van Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG), counseling en massage werkt extra krachtig om uw lichaam en geest weer in balans te brengen. Het effect van deze balans is een gevoel van welzijn en welbevinden waar niet alleen u, maar ook uw omgeving de vruchten van plukt.