

EFT Relatietherapie

Denk je vaak: 'daar gáán we weer'? Hebben jullie steeds dezelfde ruzies of ijzige stiltes? Weet je niet meer hoe je er samen uit kunt komen?



EFT Relatietherapie is een succesvolle methode om de emotionele band en veiligheid in je relatie terug te brengen.

Met begeleiding van je therapeut ontrafel je het patroon waarin jullie worden meegeslept. In een veilige setting leer je je eigen emotionele reacties én die van je partner kennen en oefen je in het uitspreken van wat je voelt en nodig hebt. Je leert hoe je samen het patroon kan doorbreken en hoe je je opnieuw kunt verbinden met elkaar.

Relatie APK 'Houd me vast'



© 2010 dr. Sue Johnson

De EFT-cursus 'Houd me vast' wordt gegeven in een kleine groep. Het is een lichte vorm van EFT, geschikt voor stellen die niet in een enorme crisis zitten maar die wel hun relatie willen verbeteren.

NIEUW! Volg je de cursus liever alléén met je partner? Jonkhart & Ziel biedt de cursus nu ook **privé** aan.

Ook andere trajecten zijn mogelijk, zoals een **intensief relatieweekend** of een **mini APK-tje**: speciaal voor jullie op maat gemaakte programma's. Neem contact op voor meer informatie. www.jonkhartenziel.nl

Personal Coaching

Weet je niet meer wat je wilt?

Zit je niet lekker in je vel?

Draai je steeds in hetzelfde cirkeltje rond?



Personal Coaching helpt jou meer inzicht te krijgen in jezelf. Als je je bewust wordt van jouw patronen maak je de weg vrij om keuzes te maken waardoor je je vrijer en **gelukkiger** kan voelen.

Single Coaching

Ben je single maar zou je graag een relatie willen?

Vraag je je af waarom jouw relaties steeds stuklopen?

Denk je wel eens dat het aan jou ligt?

Single Coaching is een proces waarin je onderzoekt hoe jij reageert op relaties en intimiteit. Wat voor relatie wil je? En wat voor relatie ben je zelf?

Je krijgt meer inzicht in je sterke en zwakke kanten, je gedrag en achtergrond en hoe die mogelijk meespelen in je relaties. Je gaat toekomstige relaties weer met **frisse moed** tegemoet!

Kinder- en jongerencoaching is er voor kinderen en jongeren die vastlopen op school, thuis of in hun sociale omgeving. Ze hebben bijvoorbeeld een **negatief zelfbeeld** en **weinig zelfvertrouwen**, met als gevolg **faalangst** of **leerproblemen**. Of ze zitten niet **niet lekker in hun vel** door spanningen thuis, bijvoorbeeld door een scheiding. De kindercoach kijkt samen met het kind wat er nodig is om een positieve verandering op gang te brengen.

PSYCH-K®

Gaan de dingen niet zoals je zou willen? Heb je last van stress? Ben je onzeker, angstig of bezorgd? Weet je niet hoe je moet omgaan met bepaalde situaties? Heb je het gevoel dat je meer uit je leven kan halen dan je nu doet?



PSYCH-K® sessies zijn eenvoudig en effectief. En je kan het nagenoeg overal voor gebruiken. De basis van PSYCH-K® is dat het de overtuigingen en angsten die jou ervan weerhouden het leven te leiden zoals je dat wilt, opspoort en transformeert naar overtuigingen die wel vóór je werken. Zo kan je meer uit je leven halen en creëer je een **vrijer leven** met meer ontspanning en innerlijke rust.

Slechts enkele voorbeelden van wat je zou kunnen aanpakken door middel van PSYCH-K®:

- **Angsten** opheffen die je in de weg zitten
- Zorgen voor een **betere gezondheid**
- Gevoelens van **onzekerheid of neerslachtigheid** ombuigen
- **Stress** aanpakken
- (Gezondere) **relaties** aangaan met anderen
- Je **dromen waarmaken**
- Je eigen **spirituele groei** versterken
- Belemmerende zaken uit **het verleden** loslaten

Lees meer over deze nieuwe methode in de aparte folder over PSYCH-K®, of kijk op de site: www.jonkhartenziel.nl.

Praktijkinformatie



Tarieven & Vergoeding

Kijk voor de actuele tarieven op de website.

De trajecten kunnen (deels) vergoed worden vanuit de aanvullende verzekering.

Openingstijden

Wisselend, dus neem contact op over de mogelijkheden. Het is ook mogelijk om in de avonden (of soms in het weekend) afspraken te maken. Er komt voor deze sessies een kleine toeslag op het standaard tarief.

Registraties en accreditaties

NOBCO/ENCC EQA Practioner coach / Registercoach SGHBO / Balans Coach / CRKBO / ICEEFT Externship

Aangesloten bij beroepsverenigingen VIV, NVO, SRBAG en lid van EFT Nederland.

Praktijkgegevens

Spyridon Louisweg 96, Amsterdam

bregje@jonkhartenziel.nl / 06-46320983

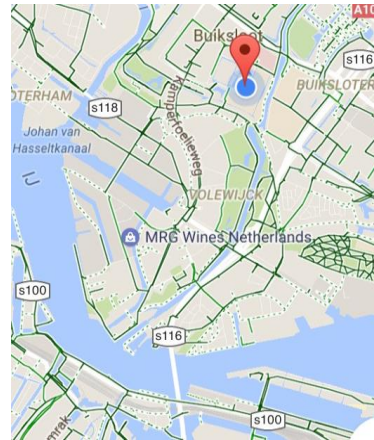
www.jonkhartenziel.nl



www.jonkhartenziel.nl

Sessies worden gegeven op 2 verschillende locaties in Amsterdam Noord:

Vaste praktijkruimte **Jonkhart & Ziel:**
Spyridon Louisweg 96, Amsterdam.
(gratis parkeren)



Praktijkruimte bij **Noordstraat:**
t Vasumweg 24A, Amsterdam

bregje@jonkhartenziel.nl
06-46320983

Jonkhart & Ziel

Praktijk voor Relatietherapie en Coaching



Relatietherapie

Personal Coaching

Single Coaching

Kinder- en jongerencoaching

PSYCH-K®

'Houd me vast' Relatie APK

Mini APK-tje

Intensief relatieweekend