



De Buitenpsychotherapeut

Informatie voor cliënten – Intake en behandeling

Kennismaken en intake

De intake is bedoeld om elkaar te leren kennen, jouw hulpvraag helder te krijgen en samen te onderzoeken of deze behandelwijze bij je past. Na de intake volgt een behandelplan en een adviesgesprek. Wanneer je je daarin kunt vinden, plannen we het traject in.

Hoe ziet een sessie eruit?

Een sessie duurt ongeveer 90 minuten en bestaat meestal uit een incheckmoment, een oefening of imaginatie en een nabespreking. We wandelen in een rustig tempo, en je kunt altijd aangeven wanneer je wilt vertragen, stilstaan of zitten.

Vorbereiding op de sessie

Om het meeste uit onze sessies te halen, vraag ik je om uiterlijk één dag vóór de sessie het sessievoorbereidingsformulier in te vullen en op te sturen. Dit formulier vind je bij Bestanden in Cliëntenlogin. Ik lees de sessievoorbereiding en eventuele opdrachten de ochtend van de sessie.

Therapie in de natuur

De sessies vinden plaats in de Loonse en Drunense Duinen. De natuur draagt bij aan rust, verdieping en herstel. Sessies gaan in principe bij elk weertype door; alleen bij gevaarlijke omstandigheden plannen we een alternatief moment.

Integratieve werkwijze

Ik werk integratief en combineer verschillende behandelmethoden op een manier die past bij jouw klachten en doelen. Symbooldrama vormt het centrale onderdeel van de behandeling, aangevuld met ACT, CGT, Schematherapie en EMDR.

Cliëntaccount en app (Spaces)

Via het cliëntaccount op mijn website kun je afspraken plannen, bekijken en wijzigen. Ik adviseer je om ook de app (Spaces) te downloaden. Via deze app kun je afspraken beheren en mijn imaginatie-oefeningen doen. Downloadlink: <https://www.mobileapp.app/to/oOgXleL?ref=so>
Uitnodigingscode: WTM6YJ

Vragen tussendoor

Als je tussen de sessies door vragen hebt, kun je een e-consult aanvragen. Het aanvraagformulier hiervoor is te vinden in Cliëntenlogin.

Tot slot

Je hoeft niets te forceren of te presteren. Samen creëren we een veilige, passende ruimte voor jouw proces.