



Praktijk voor
verander-, verlies- en
rouwtherapie



Verlies en verandering

Vroeg of laat krijgen we allemaal te maken met verlies of verandering. Onze reactie op dit verlies of deze verandering noemen we rouw. Rouwen kan je zien als het antwoord op het verliezen van een betekenisvolle relatie met iets of met iemand.

Rouw- en verliesverwerking is volkomen gezond en normaal, maar wel een unieke ervaring. De betekenis van dat wat is verloren is immers de betekenis die jij er zelf aan verbindt. Niemand kan je dus voorleven of voorschrijven hoe het verlies voor jou moet voelen of zijn.

Begeleiding

Het proces van rouwen kan een groot beroep doen op je veerkracht en maken dat je vastloopt in het dagelijks functioneren.

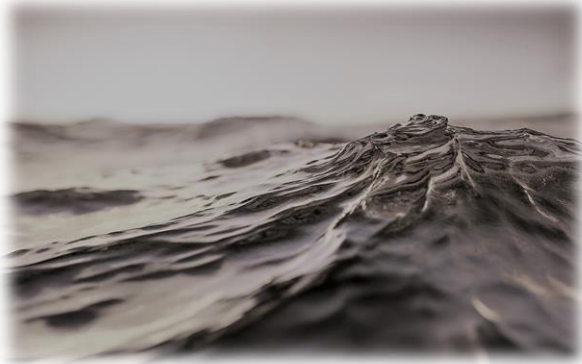
Wat je kunt ervaren:

- Gebrek aan energie
- Moeite met slapen
- Gebrek aan overzicht en structuur
- Het vermijden van herinneringen
- Verdriet
- Schuld en zelfverwijt
- Onzekerheid over emoties
- Moeite hebben om de zin in het leven te (her)vinden
- Moeite met het vinden van aansluiting op je omgeving
- Overgevoeligheid voor licht en geluid
- (Dag)dromen en nachtmerries
- Gevoelens van angst en boosheid
- Geen zin hebben in de dag of het leven
- Moeite met concentratie

In 5 tot 10 gesprekken ga ik samen met jou zoeken naar jouw veerkracht. We staan stil bij wat het verlies voor jou betekent en wat je nodig hebt om hiermee om te kunnen gaan.

Tijdens de intake kijken we of de gesprekken in de praktijk plaatsvinden, bij jou thuis of via online mogelijkheden.

'Rouw- en verliesverwerking is volkomen gezond en normaal, maar wel een unieke ervaring.'



Contact

Praktijk In-vloed

Manon Huisman
Marshallstraat 32
6671 BH Zetten

06-44373988

Info@in-vloed.nl
www.in-vloed.nl



Ik ben Manon Huisman.

Als verander-, verlies- en rouwtherapeut werk ik in mijn praktijkruimte in de Betuwe. Hier ontvang ik mensen die te maken hebben met verlies of verandering.

Invloed staat voor mij voor de kracht om dát te doen wat juist is voor onszelf en onze omgeving. Periodes van vloed nodigen uit om stil te staan. We moeten onze koers hervinden en zoeken naar dat wat we nodig hebben om weer boven het water uit te komen.

Meestal lukt dit heel goed zelf, maar soms helpt een ander perspectief. Onder mijn begeleiding gaan we hier samen naar op zoek.

'Het vraagt aandacht en ruimte om te mogen missen wat er niet meer is.'