



Bram Boer | lichaamsgerichte psychotherapie

Westerom 18 a | 2802 EX Gouda | WWW.BRAMBOER.NL | 0182 58 51 71 | 06 245 910 19

INTAKEFORMULIER

Graag je intakeformulier via

Klik op 'Menu' en dan op '**DOWNLOADS – FORMULIEREN**' > INTAKEFORMULIER.

Als je in therapie bent...

Voor – tijdens – na

- Het is aan te raden ca. 2 uur vóór een sessie niet uitgebreid te eten.
- Tijdens een sessie raad ik je aan gemakkelijk en met name **los** zittende kleding te dragen.
- Na een sessie kan je het beste nog een tijdje rustig aan doen. Vaak is even de natuur in en even op jezelf zijn, aan te bevelen.
- Voor de integratie van de sessies in het dagelijks leven raad ik je aan tijd, rust en ruimte voor jezelf in te plannen in je dagritme.

Weerstand

Het is goed om je ervan bewust te zijn dat er weerstand kan ontstaan tijdens de therapieperiode. Het is belangrijk deze weerstand met mij te bespreken. Juist door de weerstand in te brengen kan vaak weer een stap gezet worden in je therapieproces.

Contact

Voor vragen of overleg kun je me bereiken op telefoonnummer 0182 585171 of 06 245 91019. Indien ik niet opneem, kun je mijn voicemail inspreken. Ik bel dan zo spoedig mogelijk terug.

Geneer je niet om contact met me op te nemen. Juist ook als je nog érg bezig bent met de laatste sessie of de daaruit naar voren gekomen problematiek. Vaak is het dan ondersteunend om even met iemand te praten die weet waar je het over hebt.

Vraag

Omdat ik per dag diverse mensen zie is het qua parfum en 'luchtjes' al gauw een warboel in mijn neus. Zou je –als je naar mij toekomt– geen parfum, eau de toilette of aftershave willen gebruiken? Dank je.

Verslag

Het schrijven van het reflectieverslagje bevordert de integratie. Ik vraag je om van elke sessie een kort verslag te maken met daarin *bijvoorbeeld* de volgende onderwerpen:

- *Wat is jouw algemene indruk van deze sessie?*
- *Vertel eens wat er feitelijk gebeurd is?*
- *Welke positieve punten kwamen naar voren?*
- *En welke negatieve punten?*
- *Vertel eens welke gevoelens, ideeën en gedachten dat bij je opriep?*
- *Welke conclusies trek je uit deze sessie?*
- *Hoe werkt de sessie door in je dagelijkse leven?*
- *Waar wil je verder aan werken?*

Je kunt ook via mijn site (WWW.BRAMBOER.NL > DOWNLOADPAGINA) een verslag-formulier invullen.

Voel je ook vrij om een andere vorm van 'verslag' te kiezen. Een tekening of een gedicht zijn bijvoorbeeld vaak ook diepgaande reflecties op de ervaringen uit een sessie.

Een kopie van je verslag graag vòòr de volgende sessie naar mijn e-mailadres: INFO@BRAMBOER.NL of naar mijn postadres: **Westerom 18a, 2802 EX Gouda.**

Groepsmeditaties

Eenmaal per maand organiseer ik op zondagochtend een *actieve meditatie* voor 'wie wil'. In mijn regelmatige nieuwsbrief daarover steeds een aankondiging. Als cliënt heb je bij deze groepsbijeenkomsten vrij toegang, ná aanmelding.

Afrekening

Ik verstuur één maal per maand een factuur over de sessies van de afgelopen kalendermaand.

Dit omdat ik afrekenen tijdens een sessie niet prettig vind. Ik stel het op prijs wanneer je de factuur *binnen een week na ontvangst* rechtstreeks aan me overmaakt.