**Kunt u kort iets schrijven wat uw ervaring over de behandeling is?**

|  |  |
| --- | --- |
| EvK | Ik ervaar wat het is om mezelf te voelen. Mezelf te vinden. Dat is in het begin een hele nieuwe ervaring. Het is een zoektocht, een ontdekking, en beetje bij beetje, langzaam aan, meer en meer een ervaring die me bij mijn eigen kracht brengt en mij blij en gelukkig maakt. En dat is fijn. |
| EvE | Ik ben me meer bewust geworden van de wisselwerking tussen lichaam en geest en de uitwerking die spanning kan hebben op beide. Dat bewustzijn helpt me in het dagelijks leven om regelmatig te checken ‘hoe het voelt’. Ik heb het verschil ook duidelijk leren voelen tussen spanning en ontspanning, en dat wat bij mij spanning veroorzaakt. Dat helpt om waar nodig soms wat ontspanning op te zoeken, vòòrdat de spanning te veel opbouwt en resulteert in rug en hoofdpijn of ongemak. |
| OvR | Ik vond het bijzonder om te ervaren dat ik helemaal naar mezelf kan gaan; en dat ik me kan openen en sluiten voor de ander. |
| AD | Door de oefeningen werd ik mij bewuster van de verbinding tussen lichaam en geest. |
| nn | Ik heb alleen een intake gedaan, om uit te vinden of haptonomie mij wellicht zou kunnen helpen. Helaas ben ik vooralsnog niet in de gelegenheid om de behandeling voort te zetten. Wel was ik erg positief over de intake. Wellicht in de toekomst.. |
| EvB | Het heeft mij meer zelfinzicht gegeven, en zit nu veel beter in mijn vel. |
| MS |

|  |
| --- |
| Ik kwam bij Uw praktijk toen ik nog middenin een verwerkingsproces van Overspannenheid, burn-out en chronische rugpijn met recidiverende hernia klachten zat. Ik wist op dat moment nog niet wat er nu allemaal aan de hand was en waar ik naar toe zou gaan qua behandeling en wat voor grote veranderingen ik moest doen om beter te worden. Bijvoorbeeld ‘stoppen met werken ?” Het enige dat ik wist, was dat ik vast zat in mijn ontwikkeling, moe was, verdrietig en veel pijn. Je hebt me een stuk op weg geholpen in het proces. Nu heb ik geen baan meer, ben ik bezig met een revalidatie traject voor chronische rugpijn. Dat duurt ongeveer 5 maanden en ik heb meerdere malen per week contact met fysiotherapeut, ergotherapeut, Psycholoog, Maatschappelijk werkster, en ga nu daar starten met Psycho motorische training. Zoals U al ziet is dat een heel uitgebreid pakket. Ik denk dat het zinvol is geweest dat ik bij U een aantal behandelingen heb gevolgd en daarmee een stapje verder in de goede richting ben gekomen, maar het is niet zo dat ik volledig klaar en genezen was. En ik denk dat U dat zelf ook zo ziet, U helpt de mensen op weg in een stukje bewustwording en ontwikkeling naar betere gezondheid, door beter naar zichzelf te leren luisteren.  |

 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |