

Meet-ing

Bij Meet-ing kunt u terecht voor
haptotherapie,
fysiotherapie en
fysiotherapie op
haptonomische basis.



Beeldsweg 6a
3214 VA Zuidland
06 144 88 672
inger@meet-ing.nl
www.meet-ing.nl

Haptotherapie

cliënten



Inger Eikema

WAT IS HAPTONOMIE ?

Haptonomie is de wetenschap van de affectiviteit en houdt zich bezig met de ontwikkeling van het gevoel en het gevoelsleven. Het heeft als doel ons (weer) in contact te brengen met onszelf en onze omgeving.

Om dit te verduidelijken gebruiken we ook wel de beeldspraak van de ruiter en het paard.

Lichaam en verstand zijn als paard en ruiter: samen en in balans zijn ze in staat tot grote prestaties.

Wanneer het paard en de ruiter geen contact hebben zal het paard geneigd zijn niet te luisteren of te volgen.

De ruiter moet nu hard werken om deze te beteugelen.

Sterker nog er bestaat een kans dat het paard steigert en de ruiter uit het zadel werpt.

Wanneer we ons leven leiden zonder te luisteren naar ons lichaam bestaat er een kans dat we vastlopen.

Dan strand je in 'doen wat hoort', 'het moeten' of 'anderen blij maken en tevreden houden'.

Wie jij bent, wat jou gelukkig maakt en wat jij wilt, komt in de verdrukking.

Deze disbalans kan zich uiten op verschillende vlakken van je leven.

Haptonomie is geschikt voor mensen die vastlopen. Dit kan lichamelijk, cognitief, emotioneel of een combinatie van beide zijn. dit kan zich vertalen in persoonlijke problemen, maar ook op het sociale (relationele) vlak.



VOOR WIE IS HET ?

Haptonomie is voor iedereen.

Voorbeelden van onderwerpen kunnen zijn; je ervaart problemen op het gebied van relatie, opvoeding of familie. Je hebt conflicten op je werk of in je sociale leven.

Levensvragen houden je bezig en soms heb je geen idee wat de zin van het leven is, of waar je het allemaal voor doet. Je hebt paniekaanvallen, ervaart misschien eenzaamheid en weet niet goed wat je voelt, je kunt geen antwoord geven wanneer iemand (oprecht) vraagt hoe het met je is.

Lichamelijk klachten kunnen zijn; vermoeidheid, onrust, hyperventilatie of hoofdpijn. Je lichaam voelt overbelast en je hebt onbegrepen lage rug- of buikklachten.

Dit zijn slechts enkele voorbeelden van een lange lijst met symptomen van disbalans die je kunt ervaren.

Natuurlijk kun je ook terecht met een specifiek probleem of gerichte vraag zoals omgaan met rouw, overspannenheid, burn-out of het omgaan met je lichamelijke beperking.

WAT IS HAPTOTHERAPIE ?

Tijdens de haptotherapie gaan we samen op zoek naar de kink in de kabel. Dit doen we door middel van gesprek, oefeningen en werken op de bank (aanraken).

Daarnaast kan de haptotherapie geschikt zijn voor persoonsontwikkeling. Naast de individuele meerwaarde kan dit tevens gebruikt worden in een professioneel kader.

Dit heeft als doel om paard en ruiter weer in gesprek met elkaar te laten komen. Weer in contact met elkaar en in balans.

Want de ruiter komt nergens zonder het paard.

En zonder de ruiter is het paard ongeleid en stuurloos.

WAT KOST HET ?

Een afspraak duurt ongeveer een uur. De kosten bedragen €74,-.

Veel zorgverzekeraars vergoeden haptotherapie, meestal gedeeltelijk en tot een bepaald bedrag. Kijk in de (aanvullende) polis of bel met je zorgverzekeraar.

Voor meer informatie kunt u:

Kijken:

www.meet-ing.nl

Mailen:

inger@meet-ing.nl

Bellen:

06 144 88 672