

# Wie u bent maakt u bijzonder



estive

Praktijk voor voelen, denken en doen

# Praktijk voor voelen, denken en doen

Estivé is een kleine praktijk voor psychosociale hulpverlening, gevestigd te Bleskensgraaf. Ik ben Mirjam Nederlof-den Boef, ik wil graag met een warm hart werken met mensen, niet alleen aan hun problemen, maar ook met aandacht voor wat hen bijzonder maakt.

## **Methode**


Integratieve Psychotherapie is een kortdurende en effectieve therapievorm met unieke mogelijkheden. Door cliënten te leren gebruik te maken van hun unieke talenten en mogelijkheden kunnen ze (opnieuw) tot bloei komen. Een belangrijk uitgangspunt van de integratieve psychotherapie is dat mensen alle benodigde hulpbronnen in huis hebben of kunnen ontwikkelen om de doelen te bereiken die hen voor ogen staan. Vaak zijn ze zich echter niet bewust van de omvang van de eigen mogelijkheden of lukt het hen maar niet om daarmee in contact te komen. Ik werk met methodieken uit onder andere de Oplossingsgerichte-, Cognitieve- en Lichaamsgerichte psychotherapie, Hypnotherapie, Regressie-therapie, Neuro-Linguïstisch Programmeren (NLP), Gedragstherapie, Rationeel-Emotieve Therapie (RET) en Inner Child.

In therapie is het belangrijk om de client met betrekking tot de problematiek waaraan wordt gewerkt zich bewust te laten worden van zijn voelen, denken en doen. Bewustwording maakt de weg vrij naar oplossingen en balans.



# Oplossingsgericht Kortdurend Op maat Persoonlijk

## **Estivé biedt u begeleiding op de volgende gebieden:**

- problemen in relaties met anderen
  - rouw en verlies verwerking (verlies van baan, gezondheid, verlies van geliefden)
  - moeite met grenzen stellen, gebrek aan zelfvertrouwen
  - angsten en fobieën
  - psychosomatische klachten (lichamelijke klachten zoals hoofdpijn, rugpijn en buikpijn zonder medisch aanwijsbare oorzaak)
  - depressieve klachten
  - stress- en burn-out
  - slaapstoornissen
  - verstoorde balans tussen werk en privé
- 

## **Wie ben ik**

Ik ben Mirjam Nederlof-den Boef, integratief therapeut.

Tijdens mijn loopbaan als P&O adviseur kreeg ik steeds meer interesse in het coachen en begeleiden van mensen. Ik ben in 2007 gestart met de 3 jarige post HBO opleiding integratieve psychotherapie bij BGL. Het diploma voor deze opleiding heb ik in mei 2010 behaald. In juli van datzelfde jaar ben ik gestart met mijn eigen praktijk voor psychosociale hulpverlening.

De toegevoegde waarde in mijn werk, namelijk het bereiken van diepgang in een proces, en in mijn begeleiding iets te kunnen betekenen voor mensen is ontzettend belangrijk voor mij. Door mijn werk als integratief therapeut weet ik dat er veel verschillende mogelijkheden zijn om met klachten om te gaan. Ik vind het een uitdaging om mijn cliënten een breed scala van mogelijkheden aan te kunnen bieden waarmee ze aan de slag kunnen gaan.

***Wilt u meer informatie over de mogelijkheden voor therapie bij Estivé, neem dan gerust vrijblijvend contact op of kijk op de website.***

Estivé, praktijk voor voelen, denken en doen

Burg. Viezeestraat 10

2971 CA Bleskensgraaf

tel.: 06-26553231

e-mail: [info@estive.nl](mailto:info@estive.nl)

[www.estive.nl](http://www.estive.nl)

*Aangesloten bij een erkende beroepsvereniging voor therapeuten.*

