



Yvette de Koster
Sowetostraat 25
2033 CX Haarlem

Voor meer informatie of het
maken van een afspraak:

Telefoon: 023 - 844 3130

Email: info@praktijkjaro.nl

Of gebruik het contactformulier op:

www.praktijkjaro.nl



Praktijk voor coaching
en counseling

Methodieken en technieken

In de coaching en/of counseling (spiritueeltherapie) wordt gebruik gemaakt van verschillende methodieken en technieken.

In deze folder kun je alles lezen over de gebruikte methodieken en technieken bij praktijk Jaro. Kijk ook gerust eens rond op de website waar je nog veel meer informatie zult vinden.

www.praktijkjaro.nl

Auralezen

In de aura van een mens is veel te zien. Ik kan veel uit je aura halen door mijn innerlijke blik te gebruiken. Een lezing duurt gemiddeld een uur. Er worden verschillende lagen van de aura bekeken en de chakra's worden gelezen. Hieruit komt allerlei informatie naar voren, zoals: wellicht nog ongebruikte talenten en kwaliteiten, informatie over kanten van jezelf die je misschien nog niet kent of informatie over steeds terugkerende situaties of patronen in je gedrag.

Bach bloesemremedies

Tijdens de begeleiding leer ik je beter kennen. We ontdekken welke processen op dit moment in jouw leven spelen. Ik kan een Bach bloesemremedie voor je samenstellen om deze fase in je leven extra te ondersteunen.

Wil je langs de praktijk komen voor alleen een Bach bloesemremedie is dat ook prima. Een intakegesprek is dan wel nodig.

Emotionele reis

Je ligt ontspannen op een behandeltafel met je ogen gesloten. Je wordt in trance gebracht en ik leid je in een reis door verschillende emoties van een specifiek probleem. Laag voor laag bekijk je wat er ten grondslag ligt aan je probleem om uiteindelijk te komen bij de Bron van je bestaan. Het ervaren van deze Bron is zo krachtig en vervullend dat je hem vanaf dat moment altijd in je mee zult dragen.

Hypnotherapie

In diverse sessies werken we aan emoties of angsten waar je niet van los komt of een probleem waar je geen stappen in kunt/durft te zetten. Hiervoor breng ik je in trance om te werken via je onderbewustzijn.

In het onderbewustzijn worden je herinneringen opgeslagen en beleef je je emoties. Je kunt via je onderbewuste pijnlijke ervaringen verwerken of jezelf op weg helpen om in het leven een moeilijke stap te zetten. Werken in het onderbewuste is zeer effectief. Tijdens trance worden de prikkels van de buitenwereld minder voelbaar, maar blijf je te allen tijde de controle behouden.

NLP

NLP (neuro linguïstisch programmeren) gaat vooral over effectief met jezelf en de ander omgaan. Communiceren met de mensen om je heen en je bewust worden van de manier waarop je elkaar beïnvloedt tijdens het contact. Je krijgt meer inzicht in hoe jij naar de wereld kijkt en hoe jij je daarin beweegt. Je gaat zien dat je door de manier waarop je gebeurtenissen uit je leven beschrijft, je beïnvloedt hoe je je herinneringen op-

slaat. Je kunt daarbij onderzoeken op welke manier je jezelf belemmert en hoe je je ervaringen anders kunt ordenen, zodat je gericht naar je persoonlijke doelen toe kunt werken en meer levensvreugde kunt beleven.

Je kunt leren tijdens het communiceren met de ander te letten op wat mensen zeggen én de manier waarop mensen iets zeggen, alsmede op de non-verbale signalen die mensen uitzenden. Zo word je effectiever in het overbrengen van je boodschap aan die ander en beter in het luisteren naar de boodschap die aan jou gegeven wordt.

Numerologie

Met de gegevens van je volledige naam en geboortedatum kan ik allerlei zaken in je leven numerologisch berekenen. We kunnen zien welke energieën van invloed zijn in je leven en hoe je daar mee om kunt gaan. Je komt naar de praktijk en we maken kennis met elkaar, je laat dan je gegevens bij mij achter. Het uitrekenen van een heel leven, gevolgd door het duiden is veel werk dat ik op een rustig moment doe. Hierna nodig ik je weer uit in de praktijk en bespreken we het volledige numerologische veld.

Therapeutic Healing of the energetic body

Een behandeling duurt ca. een uur. Je ligt gekleed op een behandeltafel. De dingen die je in het leven tegen komt zijn in je aura en je chakra's te voelen. Ik zal de energie om je heen in kaart brengen en positief beïnvloeden. Het zelfgenezend vermogen van je lichaam wordt gestimuleerd en het immuunsysteem wordt bevorderd. Je energie komt weer in balans en kleine kwalen krijgen de kans om te helen.

Voice Dialogue

Je leven wordt bepaald door stemmingen, de manier waarop je reageert wordt beïnvloed door je gevoelens en je gesteldheid van dat moment.

Die stemmingen worden grotendeels veroorzaakt door innerlijke stemmen waar je je helemaal niet bewust van bent, maar die wel van hele grote invloed zijn op je gevoel en, daaruit voortvloeiend, je gedrag.

Voice dialogue is een boeiende methode om te ontdekken wat er allemaal in je leeft. De naam 'voice dialogue' geeft al aan op welke manier we dit zullen doen. Voice = stem en dialogue = dialoog. We gaan daadwerkelijk in gesprek met de verschillende stemmen die in je innerlijk leven.

En verder

Tijdens de begeleiding maak ik gebruik van diverse andere methoden en technieken, zoals: focussen, werken met dromen, kernkwaliteiten en kernkwadranten en kernintegratie.

Ik nodig je uit verder te lezen op de website van de praktijk.