



Peter Houtman
Therapie Training Coaching
Natuurbeleving

Individuele therapie Relatietherapie en Zielsbegeleiding

Tijdens de individuele- en relatiesessies / zielsbegeleiding krijg je helderheid op datgene dat je blokkeert om 'lekker in je vel te kunnen zitten' en 'te doen wat bij jou behoort om te doen'. Verborg en geblokkeerde energie wordt wakker gemaakt voor doelgerichte persoonlijke inzet. Soms ondersteund met lichamelijke oefeningen, ademsessies en opdrachten voor thuis. De therapie / begeleiding is erop gericht in het nu het leven aan te gaan op basis van jouw mogelijkheden in plaats van vast te houden aan onmogelijkheden uit je verleden. Zowel mannen, vrouwen als ook jongeren leren op deze wijze zelfstandig, vanuit hun kernkracht en plezier, persoonlijke levensdoelen te realiseren. Levensdoelen gericht op jezelf, op relaties, huwelijk, gezin, opleiding, werk als ook spiritueel en zielsgerichte doelen.

"Voordat je je levensdoelen kunt realiseren, vinden tijdens de therapie / begeleiding processen plaats van herkennen, erkennen, accepteren, aanvaarden en verbinden met jezelf. Vaak heb je eerst naar je angst, verdriet, boosheid of kwetsbaarheid te gaan en bereid te zijn om weerstanden te onderkennen en vastgeroeste patronen los te laten dan wel te gaan laten. Zo maak je ruimte voor je toekomst, voor het nieuwe, nog onbekende. Weet dat je veel al zelf hebt aangepakt, maar voor je échte vernieuwing is vaak professionele begeleiding en ondersteuning noodzakelijk.

Juist in een maatschappij waarbij het denken centraal staat, is het nodig te gaan voelen en te leren doen wat jij vanuit jouw bezieling echt wilt. In de therapie / begeleiding doe ik daarom een appèl op de samenwerking tussen je denken, voelen, willen en doen. Je leert om deze aan te sturen vanuit je kern, je hart, je ziel. Ik werk vanuit een holistische visie; Waarbij lichaam, geest, hart en ziel elkaar altijd beïnvloeden in hun streven om als vier-eenheid samen te werken. Daarom geef ik persoonlijk en in groepen ook begeleiding op spiritueel niveau, om te komen bij de opdrachten van de ziel en bij de zielsbestemming. Spiritualiteit is geen roze wolk, maar aardse realiteit! In mijn werk schuw ik de confrontatie niet omdat deze plaatsvindt in veiligheid, eerlijkheid, respect, helderheid en liefde".

Specialisaties

Mijn specialisaties liggen in te kunnen werken met mannen, vrouwen, relaties en jongeren met problemen en ontwikkelingsmogelijkheden bij:

- De persoonlijkheidsvorming:** Problemen komen meestal voort uit je opgroei tijdens de eerste acht levensjaren, puberteit of uit vorige levens en familielijnen. Zij manifesteren zich vaak als blokkades in lichaam en geest, als overtuigingen, gedrag, projecties, oordelen en veroordelingen waar jij en anderen niet blij van worden. Bijzonder is dat je lichaam en geest zich via de juiste begeleiding opnieuw totaal kunnen openen en vernieuwen. Zelfs je lichaamshouding kan zich totaal aanpassen.
- Communicatie:** In veel liefdes- en werkrelaties 'verstaan' mensen elkaar niet echt. Verlangens en tekorten uit de kindertijd worden van kwaad tot erger op elkaar geprojecteerd. Dit leidt vaak tot verwijdering en relatiebreuk en in werk tot ontslag. Jezelf en elkaar weer kunnen 'zien' en 'verstaan' leidt tot respect, liefde, verbinding en het kunnen realiseren van eigen én gezamenlijke doelen.
- De verbinding tussen hart en seksualiteit.** Veel relaties gaan stuk omdat oude ervaringen en pijnen op het gebied van hart en seksualiteit, juist in de veiligheid van de relatie naar boven komen. Hoe moeilijk is het dan om als partners elkaar te ondersteunen bij deze heling, terwijl je in de liefde ook afhankelijk bent van elkaar? Wat je samen of alleen reeds hebt ingezet ten behoeve van deze heling, is meestal niet toereikend voor de vernieuwing die noodzakelijk is voor jullie individuele en / of gezamenlijk toekomst. Met de juiste begeleiding kun je oude pijnen en ervaringen omzetten en je levensenergie hernieuwd laten stromen; voor jezelf en in de relatie. Je kunt je hart weer verbinden met je seksualiteit en omgekeerd. Zo kun jij weer floreren en kan je relatie weer tot bloei komen.
- De zielsbestemming.** Ons allerhoogste goed waarmee wij op aarde zijn ligt verscholen in onze ziel. Om hierbij te kunnen komen dienen we eerst problematieken te hebben uitgewerkt op het gebied van de persoonlijkheidsvorming, in communicatie, rond relaties, in hart en seksualiteit. Respect, vertrouwen, dienstbaar, nederig, ontvankelijk, in liefde en in verbinding zijn met dat wat groter is dan wijzelf, zijn de sleutels om in contact te komen met je ziel en zielsbestemmingen. Pas dan kun je kiezen en leren om verantwoording te nemen voor het uitdragen van jouw grootste 'opdrachten'.

Basis van waaruit ik werk

"Na eerst twaalf jaar in de Nederlandse natuurbescherming te hebben gewerkt, werk ik inmiddels 27 jaar als therapeut, trainer, coach, supervisor, inspirator, zielsbegeleider, zweethut- en vuurloopleider. Belangrijkste therapeutische opleiding die ik daarvoor heb genoten is Neo-Reichian Therapy and Energetic Integration bij BodyMindOpleidingen (1996). Mijn werk is gebaseerd op Lichaamsgerichte Psychotherapie, Ademtherapie, Encounter, Counseling en Gestalttherapie, Bio-energetica en Emotioneel Lichaamswerk, Karakteropbouw en Karakteranalyse, Psychodrama, Sexual Grounding. Met ervaring vanuit Public Relations, Bedrijfstrainingen en Communicatie, Theaterwerk, Natuureducatie, Natuur--bescherming en Outdooractiviteiten. Verrijkt met een breed mensbeeld en levenservaringen vanuit o.a. Astrologie, Christendom, Boeddhisme, Soefisme en Sjamanisme. Daarnaast mag ik gebruik maken van helder waarnemende vermogens en bied ik ondersteuning bij het onderzoeken van de vier-eenheid lichaam, geest, hart en ziel. En bij het helder krijgen en leren uitdragen van de zielsbestemmingen. Alles op basis van hedendaagse aan de tijd gerelateerde gearde spirituele vernieuwingen."

Intake / 1^e sessie

De therapie / begeleiding start met een intake / 1^e sessie. In beeld komt welke wensen er zijn, welke problemen dienen te worden aangepakt, welke kansen en mogelijkheden er liggen en hoe we deze kunnen bereiken. Ook ontstaat er een gevoel of we met elkaar kunnen samenwerken en of de soort begeleiding die ik bied de juiste is voor jou / jullie. Bij individuele therapie / begeleiding duurt een intake / 1^e sessie 1 uur, voor relaties 1½ uur.

Tijdsduur, frequentie, beëindigen en nazorg

De normale duur van een sessie bedraagt 1 uur. Bij sommige onderwerpen is het zinvol of nodig om langer achter elkaar door te werken. Sessies van 1½ of 2 uur worden dan ook in onderling overleg afgesproken. Adamsessies duren altijd 1½ uur. Bij relatiesessies is de tijdsduur 1½ uur, maar in overleg kunnen sessies van 2 uur of langer worden afgesproken. Bij alle sessies is de 'normale' frequentie eens per twee, drie of vier weken.

Regelmatig evalueren we welke resultaten er zijn bereikt, of en waarop verdere ondersteuning wenselijk of noodzakelijk is. Belangrijk is om zelf over jouw begeleiding aantekeningen bij te houden. Dit draagt bij aan de integratie van je ontdekkingen en nieuw opgedane ervaringen. Neem dus altijd een pen en schrijfboekje mee. In sommige gevallen is het opnemen van je sessie ook mogelijk. Neem daarvoor zelf de apparatuur mee!

Beëindigen van de begeleiding kan enkel door middel van een afrondende evaluerende bijeenkomst.

Na een periode van begeleiding is het zeker aan te raden om een soort 'onderhoudscontract' met jezelf af te sluiten door eens per kwartaal of half jaar nogmaals langs te komen. Dit geeft je een gevoel van permanente steun in de rug bij actuele onderwerpen die om helderheid en ondersteuning vragen. Jouw vorm van nazorg dus.

Tijdig afbellen

Wanneer je niet op een sessie kunt verschijnen, dien je **24 uur voor de afgesproken tijd te hebben afgebeld, anders worden de kosten in rekening gebracht.**

Prijzen

De prijzen voor individuele en relatiesessies zijn afgestemd op het bruto-gezinsinkomen per maand. Zo betaalt iedereen naar rato van inkomen. Bij relatiesessies geldt de óptelsom van de beide bruto-inkomens / uitkeringen.

Prijzen voor particulieren vanaf 1 september 2023: Intake en Sessies

inkomensgroep op basis van het <u>bruto</u> -gezinsinkomen per maand	intake individueel	sessies individueel			relatie-intake	relatie-sessies	
	1 uur	1 uur	1½ uur	2 uur	1½ uur	1½ uur	2 uur
€ 500 > € 1000	€ 75	€ 75	€ 112,5	€ 150	€ 150	€ 150	€ 187,5
€ 1000 > € 1700	€ 80	€ 80	€ 120	€ 160	€ 160	€ 160	€ 200
€ 1700 > € 2500	€ 85	€ 85	€ 127,5	€ 170	€ 170	€ 170	€ 212,5
€ 2500 > € 3300	€ 90	€ 90	€ 135	€ 180	€ 180	€ 180	€ 225
€ 3300 > € 4100	€ 95	€ 95	€ 142,5	€ 190	€ 190	€ 190	€ 237,5
€ 4100 > € 5000	€ 100	€ 100	€ 150	€ 200	€ 200	€ 200	€ 250
€ 5000 > € 6000	€ 105	€ 105	€ 157,5	€ 210	€ 210	€ 210	€ 262,5
€ 6000 > € 7000	€ 110	€ 110	€ 165	€ 220	€ 220	€ 220	€ 275
€ 7000 > € 8000	€ 115	€ 115	€ 172,5	€ 230	€ 230	€ 230	€ 287,5
€ 8000 > € 9000	€ 120	€ 120	€ 180	€ 240	€ 240	€ 240	€ 300
€ 9000 > € 10000	€ 125	€ 125	€ 187,5	€ 250	€ 250	€ 250	€ 312,5
€ 10000 of meer	€ 130	€ 130	€ 195	€ 260	€ 260	€ 260	€ 325

Betaling

De kosten voor de intake en voor sessies dienen **binnen zeven dagen per bank te worden overgemaakt of na afloop contant** te worden afgerekend. Voor vergoeding van de therapiekosten door de Zorgverzekeraar kun je per sessie, per maand of per kwartaal een kwitantie krijgen van de gedane betalingen. Neem bij je intake of sessie altijd het pasje van je zorgverzekering mee!!!!!! Voor indiening van de kosten voor sessies als ziektekosten bij de Belastingdienst, kun je per kwartaal, half jaar of jaar een kwitantie krijgen.

Vergoeding door Zorgverzekeraars

Een aantal Zorgverzekeraars vergoedt de sessies. Zij doen dit meestal op basis van 'Alternatieve Therapie / Natuurgeneeskunde / Complementaire Psychotherapie'. Bijna altijd dient een aanvulling op de basispolis of een specifieke polis met Alternatieve Therapie / Complementaire Zorg te worden afgesloten. Er zijn Zorgverzekeraars die enkel vergoeden op basis van een vooraf ingediende aanvraag voor Alternatieve Therapie. De meeste Zorgverzekeraars vergoeden mijn sessies omdat ik voldoe aan de gestelde Plato-normen en ben te vinden in de Zorgzoeker. Soms worden de sessiekosten geheel vergoed, soms 10 – 12 sessies per jaar, soms een bepaald percentage of een vast bedrag van de sessiekosten, soms een vast of een maximum bedrag per jaar.

Een aantal Zorgverzekeraars, dan wel een aantal polissen, vergoedt kosten voor Alternatieve Therapie enkel wanneer de behandeling plaatsvindt door een alternatief arts of wanneer de Alternatief Therapeut is aangesloten bij een erkende beroepsvereniging. De beroepsverenigingen waarbij ik ben aangesloten staan vermeld in de adresbalk onder aan blad 4. Informeer altijd bij je Zorgverzekeraar of je volgens de door jou afgesloten polis de sessies geheel of gedeeltelijk vergoed krijgt én hoeveel deze vergoeding dan bedraagt. Geef indien nodig dan mijn Praktijkcode en de namen van de beroepsverenigingen SBLP en RBCZ aan. Ook deze staan in de adresbalk onder aan blad 4. Kijk in elk geval in de polisvoorwaarden.

Afsluiten van de juiste aanvulling op je basispolis of veranderen van Zorgverzekeraar kan wat betreft vergoeding soms uitkomst bieden. Veranderen kan meestal maar eens per jaar en moet vaak plaatsvinden vóór 1 januari.

Zorgverzekeraars die geheel, gedeeltelijk of op voorwaarden vergoeden in 2023

(aan dit overzicht kunnen geen rechten worden ontleend)

- Aevitea: VGZ o.a. EUCare, IZA, IZZ, UMC Zorgverzekeringen, Univé, United Consumers, Zekur.
Besured, Promovendum en National Academic hebben per 1-1-2022 de zorgverzekeringen ondergebracht bij de VGZ.
- Anderzorg
- De Friesland
- Menzis
- ONVZ o.a. VvAA
- Studenten Goed Verzekerd
- Zilveren Kruis o.a. Ziezo
- Zorg en Zekerheid
- CZ o.a. CZ, Ohra, CZdirect
- FBTO
- Nationale Nederlanden
- Salland
- SZVK Zorgzaam (militairen)
- Zorg Direct

Coaching op werk / Begeleiding bij burn-out / Supervisie

Naast de individuele- en relatie sessies is het ook mogelijk om coaching te krijgen op situaties die ontstaan zijn door of te maken hebben met de werksituatie. Hierbij kijken we naar jouw persoonlijke en zakelijk instelling en doelen ten aanzien van jouw werk- en privésituatie. Vaak bepalen privé-aangelegenheden hoe open en actief betrokken je kunt zijn bij je werk. Omgekeerd kan het zijn dat stress door het werk er voor zorgt dat de geliefden thuis het moeten ontgelden. Burn-out betekent letterlijk dat je opgebrand bent. Dat vraagt om een proces van verheldering van het verleden en wakker maken van dát wat bij jou past en bij jouw toekomst. In deze coaching onderzoeken we de ontstane problemen, versterken we jouw innerlijke kwaliteiten en werken we toe naar het leven en werken als uitdrukking van jouw bezieling, kwaliteiten en mogelijkheden. Een doelgericht proces dat je leert om niet alleen fluitend náár je werk te gaan, maar ook om blij op je werk te zijn en weer fluitend huiswaarts te keren. Voor coaching op werk gelden aparte tarieven. De kosten worden niet vergoed door zorgverzekeraars. Mogelijk kan de werkgever een (gedeeltelijke) vergoeding doen. Vraag daarvoor naar de mogelijkheden.

Ook geef ik individueel en in kleine groepen Supervisie voor (aankomend) therapeuten, coaches, trainers, zweethutleiders en anderen die mensen begeleiden bij hun ontwikkelingsprocessen. Supervisie wordt niet door de zorgverzekeraars vergoed. Zie de aparte folder 'Supervisie', die is te downloaden van mijn website.

Andere activiteiten

Naast therapie / begeleiding bieden Peter Houtman Therapie Training Coaching Natuurbeleving en 'De Roudonck' zeer doelgerichte ondersteunende trainingen en activiteiten aan: www.peterhoutman.nl of www.deroudonck.nl

Het maken van afspraken en de locatie

Voor het maken van afspraken bel Peter Houtman: 0411-602305/06-11318125 of mail naar p.houtman@planet.nl
De locatie waar de therapie / begeleiding / coaching wordt gegeven is 'De Roudonck', De Ruiting 3 5296 KE Esch.

Hoe om te gaan met een klacht

Mocht er bij jou als cliënt een klacht ontstaan naar mij als hulpverlener of de wijze waarop ik je mogelijk heb benaderd / bejegend, dan vraag ik je om dit als eerste in de navolgende sessie met mij te bespreken. Veelal kan er een onduidelijkheid zijn ontstaan of iets niet zijn begrepen. Door dit te bespreken lossen zaken vaak in helderheid direct op. Ook kan het zijn dat een klacht ontstaat op basis van de onderwerpen waar je als cliënt nu juist met mij als hulpverlener aan werkt. Immers veel mensen lopen rond met klachten naar ouders, werkgevers of anderen door wie zij mogelijk of in hun ogen niet correct zijn behandeld. Daarom is het mogelijk dat deze klacht ook op mij als therapeut wordt geprojecteerd. Hoe lastig dit misschien ook aanvoelt, het is in alle gevallen dus van belang om je eventuele klacht altijd in te brengen in het rechtstreekse contact binnen de therapiesessie. Veel van de klachten kunnen zo niet alleen oplossen, maar mogelijk ook worden getransformeerd.

Mocht het nu zo zijn dat een klacht van overstijgende aard is waarbij het belangrijk is dat er door anderen naar wordt gekeken, dan kun je je klacht schriftelijk indienen bij de vertrouwenspersoon van de beroepsvereniging Stichting Beroepsorganisatie voor Lichaamsgeoriënteerde Psychotherapie (SBLP) (sblp.nl/klachtenreglement/) waar ik lid van ben. Als therapeut ben ik via deze beroepsvereniging voor klacht- en tuchtrecht aangesloten bij Cam Coöp en val onder het tuchtrecht van de Stichting Tuchtrecht Complementaire Zorg (TCZ).

Indien er wederzijds via het contact met de vertrouwenspersoon nog niet tot een kloppende afhandeling van de klacht wordt gekomen, kan deze worden ingediend bij de onafhankelijke Geschillencommissie. **Een stroomschema van de gehele mogelijke klachtenprocedure is met de folder 'Hoe om te gaan met een klacht' te downloaden van mijn website.**

Wat mij betreft doen we er gezamenlijk alles aan om de vragen waarmee jij komt voor ondersteuning, verheldering en transformatie, zo goed mogelijk samen om te zetten. Zodanig dat jij in jouw leven stappen verder komt en zaken uit het verleden achter je kunt laten. Daar hoort een wederzijds vertrouwen bij waarin alles wat van belang is mag worden uitgesproken. Dat voorkomt een voor alle partijen vervelende situatie van een klachtenprocedure.

Bij de start van de therapie / begeleiding ga ik er vanuit dat je de folder 'Hoe om te gaan met een klacht' hebt gelezen!

Register van Verwerkingsactiviteiten en Privacy-beleid

Iedere organisatie is verplicht om zich te houden aan de eisen op het gebied van de privacy die de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) stelt. Wij zijn ons ervan bewust dat het van belang is om zeer zorgvuldig om te gaan met de gegevens die je aan ons verstrekt. Op welke wijze wij dit doen hebben we beschreven in **de folder 'Register van Verwerkingsactiviteiten en Privacy-beleid'**. **Bij de start van de therapie / begeleiding ga ik er vanuit dat je deze folder hebt gelezen! Hij is te downloaden van mijn website.**

Peter Houtman Therapie Training Coaching Natuurbeleving

Stichting Beroepsorganisatie voor Lichaamsgeoriënteerde Psychotherapie (SBLP)

Stichting Register Beroepsbeoefenaren Complementaire Zorg (RBCZ)

Als docent ingeschreven in het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs (CRKBO)

AGB Praktijkcode 90004204, BTW-id-nummer NL001505581B65, KvK 17240482

IBAN: NL08INGB0001047476 t.n.v. PJ Houtman Esch, BIC: INGBNL2A

'De Roudonck', De Ruiting 3 5296 KE Esch, Tel 0411-602305, E: p.houtman@planet.nl, www.peterhoutman.nl / www.deroudonck.nl