

CeRnère

praktijk voor
Jungiaans Analytische Therapie en Coaching



Laten we beginnen bij het begin.

CeRnère

praktijk voor

Jungiaans Analytische Therapie en Coaching



Leven een ambacht.

Zelfkennis en acceptatie vormen je basis. Die worden verkregen door de samenhang in je gedachten en gevoelens te ontdekken. Gebeurtenissen en ervaringen in je leven krijgen zo betekenis en worden niet meer gezien als onbegrepen incidenten. Zo krijgt het leven z'n diepgang en waarde.

Het ambacht van het leven staat dichtbij het leven van alledag. Dat wat we zoeken is namelijk niet ver. Maar is wel verbonden met de wisselvalligheden van het leven, waar verwachtingen en verlangens vaak haaks op staan.

Daarom:

- wel tot bloei komen van het bij je horende leven, geen architect van het leven
- wel verbondenheid met jezelf en daardoor met de wereld om je heen, geen aanpassing aan bestaande normen en beelden
- wel nieuwsgierigheid en liefde voor de complexiteit van het mens zijn, geen eenduidigheid
- wel waardering voor het paradoxale van het leven, geen oplossing van het raadsel van het leven.

Voor wie is deze therapie en coaching geschikt?

Voor iedereen die het gevoel heeft niet goed te functioneren en daar in het dagelijks leven hinder van ondervindt.

Dit kan zich uiten in de volgende klachten:

- vastgelopen in werk (burn-out); relatieproblematiek;
- richtingloosheid; onrust; slapeloosheid; angsten; zwaarmoedigheid; depressie;
- gebukt gaan onder ideeën over wie je zou moeten zijn en hoe je zou moeten doen; reacties op situaties waar jij of anderen onder lijden;
- rouwverwerking; worstelen met zingevingvraagstukken.

Uiteindelijk kan alleen de mens zelf zich helen.

Jungiaans analytische therapie en coaching kan hierbij een eerste stap zijn.

Wat is Jungiaans analytische therapie en coaching?

Deze therapie en coaching heet Jungiaans, omdat ze net als Carl Gustav Jung haar inspiratie haalt uit mythologie, filosofie, wereldreligies, schone kunsten, poëzie, verhalen van onze geschiedenis, archetypische psychologie en dieptepsychologie. Teneinde het mysterie van het mens zijn te behoeden en intact te laten en de ziel, als bemiddelaarster en behoedster, aan te spreken via de verbeelding.

De nadruk ligt op voortdurende processen en het zien van de onderlinge dynamiek. Het zelfregulerend- en genezend vermogen wordt aangesproken. Problemen worden niet gezien als dingen die opgelost dienen te worden, maar als signalen die om aandacht en zorg vragen. In feite zijn ze juist de bouwmaterialen voor ons innerlijk, om uiteindelijk beter met levenssituaties om te kunnen gaan. En een rijker mens te worden.

Hoe gaat Jungiaans analytische therapie en coaching in z'n werk?

Om via de verbeelding de complexiteit van het mens zijn tot zijn recht te laten komen, wordt er naast verhelderende gesprekken gewerkt met imaginaties, tekeningen, dromen en muziek. Afhankelijk van de cliënt.

Het enige waarvan ik zeker ben is de heiligheid van de aandoeningen van het hart en de waarheid van de verbeelding.

John Keats.

Muziek en Therapie

Voor kinderen en volwassenen.
Mijn muzikale en therapeutische achtergrond maakt het mogelijk om op een verrassende manier gebruik te maken van muziek binnen het therapeutisch kader.

Het begin van de muziek is het begin van het leven.

Voor meer informatie:

Jacqueline Smit

jacquelinesmit@cernere.nl

www.cernere.nl

06-51252241

KvK 30276947

Lid van de JVATN

www.jvatn.nl

