

**PRAKTIJK VOOR**  
**LICHAAMSGEORIËNTEERDE**  
**PSYCHOTHERAPIE**  
**ENERGETIC INTEGRATION THERAPIE**  
**COACHING**



**INFORMATIE**

Barbara Dudda  
B. van Voorst tot Voorststraat 16  
6573 BC Beek – Ubbergen  
Telefoon: 024-3222470  
E-mail : [b.dudda@upcmail.nl](mailto:b.dudda@upcmail.nl)

**WEBSITE**

<http://www.bodymindtherapy.eu>

**VOOR MEER INFORMATIE**

<http://www.nvpit.nl>  
<http://www.bodymindopleidingen.nl>

**VOOR**  
**GEZONDHEID**  
**en**  
**LEVENS Kunst**

**PRAKTIJKADRES**

B. van Voorst tot Voorststraat 16  
6573 BC Beek – Ubbergen  
Telefoon: 024-3222470  
e-mail: [b.dudda@upcmail.nl](mailto:b.dudda@upcmail.nl)

**WEBSITE**

<http://www.bodymindtherapy.eu>

**VERGOEDING**

Ik ben geregistreerd therapeut bij het beroepsverband NVPIT en andere alternatieve geneeswijzen. De meeste zorgverzekeraars vergoeden deze therapie .

Informeer bij Uw eigen zorgverzekering over de vergoeding  
Zie ook <http://www.nvpit.nl>

## PROFESSIONALITEIT

Lichaamsgerichte psychotherapie richt zich op de heelwording van het innerlijk, van de ziel van de mens.

Verstoringen, lichamelijk als ook psychisch zie je en ervaar je in verkramping van het lichaam, in beweging en adempatroon. De neerslag van erfelijkheid, opvoeding en milieu kom je er in tegen.

Als ervaringsgeoriënteerd therapeut richt ik mij bij aanvang op het tegenwoordige klachtenpatroon. De klachten kunnen puur lichamelijk zijn, op het emotionele vlak liggen, maar ook een psychosomatische achtergrond hebben.

Aan zowel chronische lichamelijke en aan psychische klachten kan uitdrukking gegeven worden.

Opnieuw doormaken van ervaringen kan een gewenst veranderingsproces met zich meebrengen, zodat meer innerlijke rust en een positief zelfbeeld ontstaan. Een realistisch en bewust beeld van de mogelijkheden in het leven nu, wordt zo gestimuleerd. Nieuwe doelen worden duidelijker en kunnen worden aangegaan.

## PSYCHISCHE CONFLICTEN EN LICHAAMELIJKE REACTIES

Innerlijke stress kan zich als lichamelijke pijn, verkramping of onrust in houding en spieren vastzetten. Dat kan gebeuren als emotionele klachten blijven voortduren of wanneer een emotionele traumatische ervaring, ook door ziekte of ongeval, in de jeugd of als volwassene, niet goed wordt verwerkt.

Psychosomatische ziektes kunnen vanuit een emotionele oorsprong ontstaan. Dan kunnen bijvoorbeeld migraine, buik-, rug- of maagpijn, hyperventilatie en eet- en slaapstoornissen optreden.

## THERAPIE EN COACHING

- Angst- en paniekaanvallen
- Stemmingsstoornissen, zoals depressie,
- Stress, overspannen zijn, burn-out

- Slaapstoornissen
- Begeleiding voor en na operaties / chemokuren bijvoorbeeld bij kanker
- Vage fysieke klachten waarvoor geen medische oorzaak is aan te wijzen
- Menopauze
- Identiteitscrisis
- Richting geven aan levensvragen
- Gepest worden op het werk (mobbing)
- Communicatieproblematiek

## THERAPEUTISCHE MOGELIJKHEDEN

Naast individuele therapie en coaching, begeleid ik ook groepen.

Tevens verzorg ik aparte weekenden voor lichaamsgeoriënteerde psychotherapie, bewegingsmeditatie, systeemopstellingen voor families en werk, en ouder-kind – begeleiding.

## SPECIALISATIE

- Behandeling van psychosomatische klachten
- Behandeling van traumatische ervaringen
- Werken met jonge kinderen en pubers, ook juist in samenwerking met hun ouders
- Coaching binnen gezin, studie en werk



## MIJN ACHTERGROND

In mijn huidige werk breng ik de ervaring in van psychomotorisch therapeute en mijn werk met

speeltherapie, Gestalttherapie en non-verbale communicatie.

Vervolgens ben ik opgeleid als coach en lichaamsgeoriënteerd psychotherapeut.

Al deze ervaring en al dit werk hebben mij laten zien en voelen hoe belangrijk het is dat mensen uiting mogen en kunnen geven aan verdrongen emoties en gevoelens.

In het werk met kinderen en ook later in de psychiatrie met volwassenen (eerst in Duitsland, later ook in Nederland) heb ik veel – onnodig – lijden mogen mee beleven. Dat was naast het opvoeden van mijn kinderen, onder andere mijn leerschool om met respect en mededogen mijn medemens te benaderen.

De basis van mijn werkwijze ligt in de humanistische psychologie, die er naar streeft mensen te laten loskomen van de identificatie van de geconditioneerde persoonlijkheid, zodat zij hun drang tot spirituele ontplooiing kunnen volgen.

## MIJN UITGANGSPUNT

*Uit respect en acceptatie voor dit leven, begeleid ik mensen om hun wil en zelfreflectie in te zetten, zodat ze het verlangen van hun hart kunnen volgen.*