

## Lezingen

Op aanvraag verzorg ik lezingen over:  
De Helende Reis  
De Helende Reis voor Kinderen  
Rouwverwerking bij kinderen  
Stiefouderschap

## Eerste gesprek

Wil je praten over welke vorm van begeleiding voor jou het meest geschikt is, dan kun je een afspraak maken voor een intakegesprek. Dit gesprek duurt ongeveer een uur. Je kunt je telefonisch aanmelden - 0599 23 56 31 - of via het contactformulier op mijn website.

## Jeanette Westenberg (1956)



Ik ben begonnen als maatschappelijk werker. Sinds 1996 bied ik als therapeut begeleiding bij levensvragen, verlies en traumaverwerking.

Ik ben geïnspireerd door verschillende therapeutische stromingen en - niet in de laatste plaats - mijn eigen levenservaring. Ik werk vanuit de visie dat de mens niet los te zien is van zijn of haar leef- en werkomgeving.

## Persoonlijke groei is mijn passie.

Ik ben aangesloten bij het Vlaams-Nederlands Gestalt Netwerk en de Nederlandse Vereniging van Journey Therapeuten.

Vrijheid is onze bestemming.  
Maar we zijn bang om uitgerekend  
die stap te nemen die ons zal dragen.  
Dragen naar die grootsheid die  
onze ware essentie vormt.

*Brandon Bays*



de Helende Reis  
**Oorsprong**

Jeanette Westenberg  
Terug naar je eigen kracht

Praktijk voor De helende Reis,  
coaching, counseling en therapie.

Praktijk Oorsprong  
De Hilde 36, 9531 MH Borger  
0599 23 56 31  
[www.oorsprong.nu](http://www.oorsprong.nu)

Voor meer informatie kunt u mij bellen of e-mailen via het contactformulier op mijn website.

[www.oorsprong.nu](http://www.oorsprong.nu)

## De Helende Reis

De Helende Reis ofwel Journey Therapie is ontwikkeld door Brandon Bays. Het is een inspirerende en effectieve methode waarbij je, onder begeleiding, een diepgaande helende innerlijke reis maakt.

De methode gaat ervan uit dat alles wat we in ons leven hebben meegemaakt is opgeslagen in ons lichaam. Niet goed verwerkte ervaringen vormen blokkades die je gezondheid in de weg staan en fysieke en/of emotionele klachten veroorzaken.

De Helende Reis helpt je deze blokkades en de emoties die daarin besloten liggen op het spoor te komen, ze op een diep niveau te doorleven en daarmee los te laten. Je levensenergie kan weer stromen, waardoor je meer vrijheid ervaart om te zijn wie je werkelijk bent.

## De Helende Reis voor kinderen

De methode van de Helende Reis, de geleide fantasie, sluit ook goed aan bij de belevingswereld van kinderen. Voor kinderen is een Reis een speels innerlijk avontuur. Het is een fantastische en simpele manier om hen te helpen om opgeslagen emoties te verwerken en hun natuurlijke vaardigheden tot bloei te laten komen.

In de Helende Reis ga ik uit van het vertrouwen in het kind en het geloof in zijn of haar mogelijkheden en innerlijke wijsheid om zelf problemen op te lossen.

## Brandon Bays

Brandon Bays ontwikkelde de Helende Reis op grond van haar eigen genezingsproces. Haar methode heeft zich wereldwijd verspreid.

Ze schreef de boeken: 'De Helende Reis', 'De Helende Reis voor Kinderen' en 'Vrijheid is'.  
Voor meer informatie: [www.thejourney.com](http://www.thejourney.com)

## Ieder mens heeft van oorsprong een prachtige, stralende kern!

### Coaching

Kortdurende begeleiding bij het maken van praktische keuzes en het bereiken van een vastgesteld doel. Bijvoorbeeld: hoe combineer ik ouderschap met een baan en een sociaal leven?

### Counseling

Te vergelijken met coaching, maar dan meer gericht op emotionele problematiek. Geschikt bij problemen op één bepaald levensgebied. Bijvoorbeeld: hoe ga ik om met angst bij spreken in het openbaar?

### Therapie

Meestal een langduriger traject van begeleiding. Bij problemen die al langer spelen en invloed hebben op meerdere levensgebieden. Bijvoorbeeld: waarom lopen mijn liefdesrelaties altijd op de klippen?

## Begeleiding van stiefgezinnen

Wanneer mensen na een scheiding of overlijden van hun partner met een andere partner een nieuw gezin starten met één of meer kinderen, noemen we dat een stiefgezin of 'nieuw samengesteld gezin'. Een stiefgezin vormen is niet altijd eenvoudig. Twee mensen worden verliefd, kiezen voor elkaar en krijgen vervolgens elkaars kinderen cadeau. Voor alle partijen zijn de veranderingen enorm. Iedereen moet wennen aan nieuwe gezinsleden en andere gewoonten en regels. Ook het contact tussen de kinderen en hun eigen ouders kan veranderen.

Aanpassing aan de nieuwe situatie is voor kinderen vaak moeilijk en ouders kunnen met veel vragen zitten. In dit proces begeleid ik zowel ouders als kinderen.

## Kind en rouw

Verlies door echtscheiding of de dood grijpt diep in op het leven van een kind. Soms lukt het een kind niet te praten over alle, vaak tegenstrijdige, gevoelens die het verlies met zich meebrengt. Dan heeft het hulp nodig bij het laten verdwijnen van de emotionele blokkades om het gemis een plek te geven.

Afhankelijk van de situatie zijn verschillende vormen van begeleiding mogelijk, zowel individueel als in een groep.

Er is een wachtruimte voor ouders.