



Marga Sijm

Transformatietherapeut en Maatschappelijk werker*

Het is mijn passie om mensen van alle leeftijden te helpen dichterbij hun ware ik te komen om krachtiger in het leven te staan.

Maatschappelijk Werk en Transformatietherapie geven mij de kennis en het gereedschap om je tijdens de gesprekken zelf de antwoorden op je vragen te laten ontdekken. En te leren hoe je voortaan andere keuzes kunt maken. Keuzes die je niet meer uitputten of onzeker maken maar er juist voor zorgen dat je sterker wordt.

* Geregistreerd en aangesloten bij de NVMW



Marga Sijm

Praktijk You Know
www.praktijkyouknow.nl
info@praktijkyouknow.nl
+31 (0)6 260 222 19

Help, ik word volwassen!



Praten
én
Voelen
=
Sterker Worden

Individuele gesprekstherapie
voor jongeren van 12 tot 25



Marga Sijm

Volwassen worden valt niet altijd mee. Toch?

Herken je jezelf in onderstaande verhalen?

- Heb je een ouder, vriend(in) of misschien een huisdier verloren
- Ben je bang om te falen op school of bij je sportclub
- Heb je vaak huilbuien, slaap je slecht of pieker je veel
- Weet je niet hoe je uit je schulden komt
- Ben je zwanger en weet je niet hoe het verder moet
- Loop je rond met de gedachten dat je niet verder kunt leven?

En hoe blijf jij hierin overeind? Lees dan even verder.

Sophie (14j):

Ik ben Sophie en mijn ouders zijn vorig jaar gescheiden. Mijn vader heeft een nieuwe relatie en met zijn vriendin kan ik het goed vinden. Dat vind ik dan weer verdrietig voor mijn moeder. Ik vind het heel moeilijk om hier mee om te gaan. Op school gaat het hierdoor ook niet goed. Wat kan ik hiermee?

Max (19j):

Ik lig constant overhoop op school. Thuis kan ik niet terecht. Mijn ouders vinden dat ik oud genoeg ben om het zelf op te lossen. Ik weet niet meer hoe ik dit schooljaar door moet komen.

Rens (16j):

Ik weet dat ik niet moet drinken en blowen, maar iedereen in mijn vrienden-groep doet dit en ik wil er wel graag bij blijven horen. Hoe moet ik hier nou mee omgaan?

Ik help je verder

Blijf niet rondlopen met je problemen. Je hoeft het niet alleen te doen. Ga met mij op ontdekkingsreis naar wat écht belangrijk is voor jou. Nee, niet het zoveelste "wijze" advies van een goed bedoelende volwassene maar gesprekken waarin jij mag zijn wie je bent en waarin we samen tot een oplossing komen die bij jou past en die blijvend is. Je hele verdere leven.

Hoe werkt het?

In een eerste gratis kennismakingsgesprek onderzoeken we samen wat precies je vraag of probleem is. Dan pas besluiten we hoe we verder gaan.

Dankzij mijn jarenlange ervaring met maatschappelijk werk en transformatietherapie (*) – ook met jongeren – kan ik jou in een aantal gesprekken laten ontdekken waarom je deze vervelende gevoelens en gedachten hebt. Soms komt dit door bepaalde gebeurtenissen in je leven of zijn het oude patronen die je blijft herhalen zonder dat ze nog iets voor je doen. Behalve dan, dat ze je in de weg zitten.

Vaak zijn twee of drie gesprekken al genoeg om te leren hoe je het vanaf nu anders kunt aanpakken. De gesprekken vinden meestal plaats in mijn praktijk in Wervershoof. In bijzondere situaties kunnen we ook via Skype werken.

(*) Transformatietherapie is een praktische vorm van gesprekstherapie die je helpt dicht bij jezelf te komen om zo de keuzes te maken die bij jou passen en die jou verder helpen.

Wat heb je eraan?

Je leert omgaan met de moeilijke dingen in je leven en gaat je weer goed voelen. Je kunt vol overtuiging "ja" zeggen tegen de dingen die je écht wilt en je weet hoe je in lastige situaties kunt reageren. Dat wil jij toch ook?

Hoe pak je dit aan?

Je kunt rechtstreeks contact met mij opnemen of via je ouders of verzorgers of een andere vertrouwenspersoon. Per telefoon of met een mailtje. Vóór we van start gaan, is in de meeste gevallen (afhankelijk van je leeftijd) toestemming van je ouders of verzorgers nodig. Wil je eerst meer informatie? Met de QR code achter op deze folder ga je meteen naar mijn website. Een vraag stellen via de mail of per telefoon kan natuurlijk ook.

Wat zijn de kosten?

Het eerste kennismakingsgesprek duurt ongeveer een uur en is gratis. Daarna bedragen de kosten € 65,- per uur.



"ja"
zeggen tegen
de dingen
die je écht
wilt