

Miranda op den Brouw

Muziek is mijn passie! Voor mij is het altijd dé manier geweest om emoties vorm te kunnen geven en te uiten. Als muziektherapeut heb ik mijn werkervaring opgebouwd in de GGZ en mijn eigen praktijk.

Vanuit een holistische visie werk ik cliëntgericht. Mijn sterke kant is om op basis van afstemming ervaringsgericht en inzichtgevend te werken.

Ik ben ervaringsdeskundige op het gebied van hooggevoeligheid en hoogbegaafdheid en heb mij hierin verder ontwikkeld als professional. Mijn specialisaties zijn emotieregulatie en over- en onderprikkeling.

Ik ben actief in het netwerk van Hooggevoelig Heel Gewoon, als trainer in opleiding en als werkfitcoach in de regio Nijmegen.

Als geregistreerd muziektherapeut ben ik aangesloten bij de FVB (Federatie Vaktherapeutische Beroepen), NVvMT (Nederlandse Vereniging voor Muziektherapie) en de SRVT (Stichting Register Vaktherapeutische Beroepen).



Locatie

De coachingsessies vinden in de praktijkruimte plaats.

Praktijkadres:
De Kluijskamp 1245
6545JK NIJMEGEN

Contact

Meer informatie over muziektherapie of coaching bij De GrondToon kun je vinden op de website of je kunt contact opnemen. Ook vind je op de site praktische informatie zoals de openingstijden.

📞 06-14644489
🌐 www.praktijkdegrondtoon.nl
✉ miranda@praktijkdegrondtoon.nl

Website



Facebook



LinkedIn



De GrondToon

Muziektherapie & Coaching

Ervaringsgerichte Coaching en WerkFit Maken

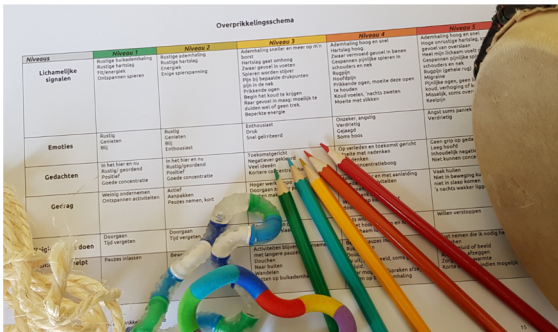


"Je grondtoon is de sleutel tot ontwikkeling"

De GrondToon

Ben je zeer gevoelig voor indrukken van buitenaf en raak je daar vermoeid van? Heb je regelmatig moeite om goed met spanning en emoties om te gaan? Voel je je vaak niet begrepen door mensen in je omgeving? Als je je hierin herkent ben je misschien meer gevoelig voor prikkels dan anderen.

De GrondToon is een praktijk voor muziektherapie en coaching in Nijmegen met als specialisatie hooggevoeligheid en hoogbegaafdheid. Uitgangspunt in de behandeling is om weer stil te kunnen staan bij jezelf, te herkennen wat er bij jezelf gebeurt in verschillende situaties, erkennen wat je nodig hebt en vervolgens datgene doen waar je baat bij hebt. Hiervoor wordt ervaringsgericht gewerkt.



In deze folder vind je informatie over ervaringsgerichte coaching en werkfitcoaching bij De GrondToon.

Ervaringsgerichte Coaching

De GrondToon biedt coaching aan hooggevoelige en hoogbegaafde volwassenen. Tijdens de sessies wordt aan de hand van psycho-educatie, gesprek en ervaringsgerichte oefeningen uitleg gegeven over wat hooggevoeligheid en hoogbegaafdheid precies is, wat deze eigenschappen voor jou betekenen en hoe je daarmee om kunt gaan.

Ervaringsgerichte oefeningen helpen je om meer zicht te krijgen in wie je bent. Doordat er in het hier en nu gewerkt wordt, merk je gelijk wat er bij jezelf gebeurt als je met een bepaalde activiteit bezig bent. Hier wordt op ingegaan, zodat je je daarvan bewust wordt. Ook krijg je handvatten aangereikt zodat je beter om leert gaan met de klachten of problemen waar je tegenaan loopt. Om hetgeen je tijdens de sessies leert in je dagelijks leven te kunnen integreren, krijg je oefeningen mee voor t huis. Je krijgt hiervoor een map waar praktische en theoretische informatie in beschreven staat. Zo kun je alles nog eens teruglezen en kun je optimaal gebruik maken van je coachtraject.

Werkfit Maken

Als je meer dan twee jaar in de ziekte zit, kan het zo zijn dat je in aanmerking komt voor het traject Werkfit Maken van het UWV.

Ben je hooggevoelig en woon je in de omgeving Nijmegen? Dan kun je dit traject bij De GrondToon doorlopen. De praktijk heeft hiervoor een samenwerking met Hooggevoelig Heel Gewoon. Aanmelding verloopt via www.hooggevoeligheelgewoon.nl/werkfitcoaching. Op de pagina vind je meer informatie.



Voor wie?

Ben je hooggevoelig of hoogbegaafd of heb je vermoedens hiervan en wil je dat uitzoeken? Dan kan De GrondToon je verder helpen. Je kunt onder andere met de volgende hulpvragen bij de praktijk terecht:

- omgaan met over- en of onderprikkeling;
- omgaan met emoties;
- burn-out klachten;
- bore-out klachten;
- grenzen herkennen en aangeven;
- faalangst;
- opbouwen van zelfvertrouwen;
- verbeteren van je zelfbeeld.

Het is altijd mogelijk een vrijblijvende kennismaking te plannen.