

## Barbelo Uijtenbogaardt

Ik ben geboren in 1952 te Stockholm. Na de HBS-A opleiding in Amstelveen studeerde ik pedagogiek (met didactic) aan de VU in Amsterdam. Ik volgde diverse opleidingen, waaronder hypnotherapie aan het Instituut voor Eclectische Psychologie in Nijmegen, raja-yoga bij Instituut raja-yoga Nederland in Amsterdam en ik volgde de opleiding voor paranormaal begaafden aan de SOOP in Amsterdam. Hierna begon ik niet alleen mijn praktijk voor Hypnotherapie & Psychosociale therapie, maar richtte ook **Academie Hypnos** op, zie hiernaast en [www.hypnos.nl](http://www.hypnos.nl).



Ik heb ruime ervaring met het werken met volwassenen en kinderen.

### Afspraken en consulten:

06-29448161. De praktijk is gevestigd in De Dennen 238, 1402 KW Bussum (maandag, dinsdag, woensdag)

### Consultprijzen (incl. BTW)

	Intake	Vervolgconsult
Volwassenen	€ 90,-	€ 80,-
Kinderen	€ 80,-	€ 70,-
Leertherapie	€ 90,-	€ 80,-

Telefonisch consult: € 25,- per half uur.

Consulten dienen minimaal drie werkdagen van tevoren per sms te worden afgezegd.

**De Dennen 238**  
**1402 KW Bussum**  
**06-29448161**  
**[www.barbelo.nl](http://www.barbelo.nl)**  
**[praktijk@barbelo.nl](mailto:praktijk@barbelo.nl)**

Barbelo Uijtenbogaardt is oprichter van



### Academie Hypnos

#### 3-jarige Major

hypnotherapie en psychosociale therapie  
inclusief HBO PSBK

#### 1-jarige Minor, specialisatiejaar

Opleiding NLP-practitioner  
Opleiding Therapeutisch Begeleider  
Familieopstellingen  
Opleiding Psycho-oncologische therapie  
Masterjaar  
Bij- en nascholing (lossen modulen)

Herenstraat 64a te Bussum  
(12 min station Naarden-Bussum, treintaxi)

Contact:  
[info@hypnos.nl](mailto:info@hypnos.nl)  
[www.hypnos.nl](http://www.hypnos.nl)  
06-29434319  
Postbus 99, 1400 AB Bussum



Barbelo.nl

Praktijk voor

Hypnotherapie

&

Psychosociale therapie



Barbelo.nl

## Praktijk voor Hypnotherapie & Psychosociale therapie

In mijn praktijk voor Hypnotherapie & Psychosociale therapie geef ik therapeutische behandelingen, gericht op verschillende problemen. Een paar voorbeelden onder meer: faalangst en fobieën, relationele problemen, burnout, innerlijke conflicten, jeugdtrauma's, pijn, ziekte, rouwprocessen, problemen op het werk of gewoon besluiteloosheid, examenvrees of niet lekker in je vel zitten.

### Hypnotherapie

Hypnotherapie is een duurzame en succesvolle therapie, die positief doorwerkt op de effecten van eerdere gebeurtenissen in heden, verleden en toekomst. Door gebruik te maken van trance werken interventies diep door, bewust en onbewust. De therapie maakt koppelingen tussen heden en verleden in denken en voelen bewust. Hierdoor functioneer je beter en zullen overtuigingen en emoties positief veranderen. Je kunt loslaten wat niet van jou is en je hebt weer contact met je eigen creatieve bronnen, je hebt weer de regie en volgt weer je innerlijke stem.

Hypnotherapie kan ter verdieping worden toegepast bij vele therapievormen, zoals Gestalt, Voice Dialogue, EMDR, EFT enzovoorts.

Hypnotherapie omvat onder meer de methoden:

- regressietherapie
- reïncarnatietherapie
- werken met deelpersoonlijkheden

- werken met dromen
- handlevitatie en ideomotorische vingersignalen

Voor hypnotherapie, gecombineerd met de hier genoemde therapievormen, geldt dat je als cliënt alert en bewust blijft. Je draagt eigenlijk alle probleemoplossingen al in je. De therapie helpt je deze te vinden.

### Relatietherapie

In relatietherapie werk je met je partner, familieleden, collega's of vrienden. Er wordt vooral gekeken naar de communicatie. Mogelijke onderdelen van de therapie: rollenpatronen, feedbackster, overdracht, balans tussen denken en voelen en energetisch werk. Relatietherapie onderbreken we soms voor individuele therapie als hier behoefte aan is, en individuele therapie wordt wel aangevuld met relatietherapie.

### Kindertherapie

Als de therapie is aangepast aan kinderen in de leeftijd van 3 tot 18 jaar spreken we van kindertherapie. Deze is vooral gericht op het herstellen van eigenwaarde en zelfbeeld van het kind. In enkele gevallen gebruiken we regressietherapie, uiteraard op de leeftijd en het kind afgestemd.

### Opvoedingsadviezen

Aangezien het kind deel uitmaakt van het gezinsstelsel, geef ik opvoedingsadviezen ter ondersteuning van de therapie.

### Counseling

Counseling is een onderdeel van elke gekozen therapievorm en is erop gericht helderheid te verschaffen in je bewuste of onbewuste wensen en problemen.

### Ontspannings- en ademhalingstherapie & energetisch werk

Bij veel spanningsklachten helpt ontspanning- en ademhalingstherapie, meestal gecombineerd met energetisch werk.

### NLP

Tijdelijk therapie is een methode uit de NLP die ik in combinatie met hypnotherapie toepas. Een kans om verleden en toekomst te verkennen. Problemen krijgen een plek door verwerking en de toekomst krijgt meer ruimte. Het wensplaatje is aan de NLP ontleend en geeft je de mogelijkheid te ontdekken wat belemmeringen zijn en om werkelijk datgene te doen wat je wilt.

Om datgene op te ruimen wat je in de weg staat om je passie te volgen wordt Tijdelijk therapie met ACT (Acceptance Commitment Therapy) toegepast.

### BJT en DRT

BJT (Bevrijd Jezelf Therapie) is een therapievorm die veel *ik-versterking* kan geven waardoor je al gauw een nieuwe balans krijgt.

DRT (Distraction Reprocessing Therapy) is een therapievorm waarbij angsten kunnen worden onderzocht en getransformeerd naar functioneel gevoel en gedrag. De combinatie van BJT en DRT vormt een krachtige therapie die al snel je zelfbeeld versterkt en je functioneren verbetert.

### Sociaal Panorama en Familieopstellingen

Beide methoden zijn van belang voor het ontdekken van patronen en rollen in het gezin, de familie waar je uit komt (Sociaal Panorama) en de generatie waar je bij hoort (Familieopstellingen). De therapie verbetert interacties en lost storingen op. Geschikt voor kinderen en volwassenen.

### Therapie bij pijn, ziekte en sterven

Therapieën die gericht zijn op het vergroten van de kwaliteit van leven. Ik noem daarbij: verwerken van rouw, acceptatie, reduceren van pijn, emotionele verwerking, verminderen van stress en negatieve overtuigingen, inzicht in gedrag en gevoelens. Eventuele ondersteuning bij medische ingrepen en behandelingen. (*Voor kinderen en volwassenen.*)