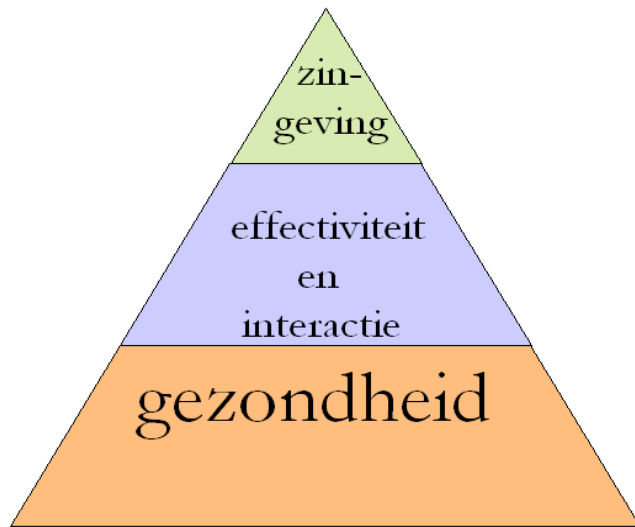


# Galdermans

complementaire geneeskunde  
&  
coaching

Almen, Zoetermeer e.a. locaties

Jos Galdermans  
Ter Meulenstraat 4  
7218 AR Almen  
0575-432978  
info@galdermans.eu  
www.galdermans.eu



in het bovenstaande model wordt er van uitgegaan dat aan twee basisvoorwaarden door de cliënt is voldaan: het bezitten van enig vermogen tot zelfreflectie en het inzicht dat welzijn mede afhankelijk is van het zelf verantwoordelijk zijn en willen zijn voor de kwaliteit van eigen leven en functioneren.

## Uitgangspunten

Welzijn bestaat uit een succesvolle mix van gezondheid, persoonlijke effectiviteit en zingeving. Het is een dynamisch geheel en vraagt om regelmatige 'tuning'. Zo kan een nieuwe levensfase vragen om andere accenten.

Veel gezondheidsklachten spelen zich af op meerdere niveau's van zijn. Een integrale benadering en behandeling bevorderen een duurzame verbetering van het welzijn.

Reguliere en complementaire geneeskunde vormen elk op zich slechts één kant van de medaille. Elk heeft haar eigen waarde en eigen grenzen. Zo is de reguliere geneeskunde sterk in het aantonen van weefselafwijkingen en de gerichte aanpak daarvan en heeft de natuurgeneeskunde veel te bieden op het gebied van samenhang tussen lichaam en geest en de energetische achtergrond van ziekten. Het bundelen van de krachten van beide disciplines levert een meerwaarde voor de cliënt.

## Wijze van werken

1. Cliënt komt op doorverwijzing of op eigen initiatief voor een kennismakingsgesprek, waarin besproken wordt wat de hulpvraag is en welke andere behandelaars er eventueel zijn. Er vindt een terreinverkenning plaats: hoe zou behandeling eruit kunnen zien; wat mag men verwachten?
2. Wordt besloten tot een vervolg dan volgt bij een tweede afspraak, tenzij uitsluitend coaching plaatsvindt, een uitgebreide natuurgeneeskundige intake met veel aandacht voor de primaire en secundaire klachten en een uitgebreid uitvragen van de lichaamsfuncties om een goed beeld van de totale gezondheid te krijgen. Er is daarbij veel aandacht voor de gezondheidsgeschiedenis van de cliënt en de eventuele vroegere of huidige ingrepen, behandelingen en medicatie.
3. Lichamelijk onderzoek (uitwendig) en natuurgeneeskundige diagnostiek zoals de pols- en tongdiagnose. Opvragen van resultaten van eventuele regulier klinische diagnostiek.
4. Natuurgeneeskundige analyse, diagnostiek en behandelplan met prognose. Er is een uitgebreid arsenaal aan natuurgeneeskundige methoden en technieken in huis om zo goed mogelijk antwoord te bieden aan de gezondheidsstoring.
5. Bij voorkeur overleg hierover met verwijzend Arbo-arts en/of andere behandelaars.
6. Bespreken van diagnose en behandelplan met de cliënt. Wat is wenselijk, wat is haalbaar? In welke mate kan de cliënt zelf bijdragen (indien nodig) aan bijstellen van leef-/voedingswijze, bewegingspatroon, het aanleren en doen van adem- of ontspanningsoefeningen etc.?
7. Afspreken van vervolgafspraken/behandelingen. Eerste evaluatie na vijf behandelingen; er moet dan op zijn minst enige verbetering zijn te signaleren, anders bijstellen van de behandeling of stoppen.
8. Met regelmaat vindt evaluatie plaats met cliënt en, uitsluitend na uitdrukkelijke toestemming van de cliënt, met de eventuele verwijzer over de voortgang.



gezondheid

## Enkele voorbeelden van hulpvragen

“Mijn gezondheid is verre van optimaal. Graag kijk ik samen met u naar wat er aan scheelt en hoe dat verbeterd kan worden”.

“Ik onderga voor mijn kwaal een reguliere behandeling. Ik ben benieuwd of er, in plaats van of naast deze behandeling, andere wegen te bewandelen zijn”.

“Ik heb behoefte om mijn gezondheidsklachten door te nemen met een deskundige die lichaam én geest betreft in het verhaal”.

“Ik heb weinig tot geen klachten en wil dat graag zo houden. Kunt u mij helpen meer inzicht te krijgen in eigen gezondheid en wat ik kan doen of beter kan laten om deze zo goed mogelijk te houden”.

“Ik haat het om het woord te gebruiken, maar ik geloof dat ik flink last van ‘stress’ heb. Kunt u mij daarvoor behandelen”

## Enkele voorbeelden van hulpvragen

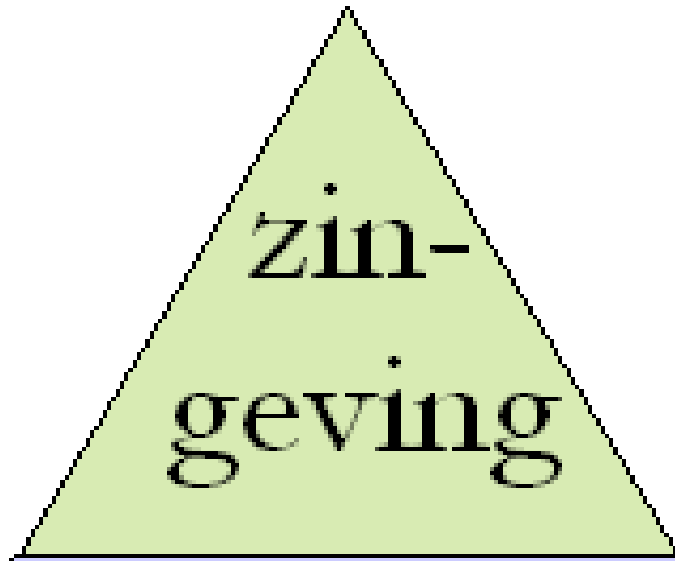
“Ik merk in werkrelaties dat ik vaak op dezelfde problemen stuit. Ik heb de behoefte om daar samen met iemand naar te kijken”.

“Ik zou graag steviger in mijn schoenen komen te staan. Niet via een of ander trucje, maar écht, van binnenuit”.

“Op werk draai ik niet zo lekker en ik kan nou ook niet zeggen dat ik me fit voel. Op zich lijkt er niet echt iets aan de hand, maar toch....”.

“Ik heb het gevoel dat de klachten aan mijn elleboog, mijn frequente hoofdpijn en mijn verminderde motivatie voor het werk niet los van elkaar staan. Kunt u uw licht daar eens over laten schijnen”





## Enkele voorbeelden van hulpvragen

“De laatste reorganisatie heeft me, geloof ik, de das omgedaan. Ik slaap slecht, kan me niet meer concentreren en zie nergens meer de zin van in”

”Ik geloof dat nu de tijd gekomen is om mij opnieuw de vraag te stellen: wie ben ik eigenlijk”

“Ik geloof dat ik heel tevreden zou moeten zijn; ik heb het best aardig voor elkaar: leuk gezin, goede baan, redelijk gezond.....maar toch knaagt er iets aan me....”

“Ik voel me leeg, moe, opgebrand. Mijn lijf voelt aan als een vreemde, ongemakkelijke jas. Ik trek me terug en wordt met de dag zwartgalliger.”

“Ik raak steeds meer geboeid door de dingen áchter de dingen en merk dat mijn oude kijk op het leven niet meer voldoet. Ik zoek een coach, een sparring-partner om meer helderheid in mijzelf te krijgen”.