

oorsuizen (tinnitus) & rust

Cursussen, lezingen

Individuele sessies Aandacht, inzicht en
zelfhelend vermogen

‘Een bijzondere aanpak!’

*“Haar eigen ervaring
maakt het verschil!”*

Drs. Sylvia I. Saakes

studeerde Psychologie (Certificate of American Studies, University of Arkansas, USA) en Algemene Politieke en Sociale Wetenschappen (Universiteit van Amsterdam).

Zij ontwikkelt sinds dertig jaar cursussen en trainingen op diverse gebieden. Deze zijn praktisch toepasbaar en gebaseerd op gedegen onderzoek. Sinds zij zelf tinnitus heeft, heeft ze proefondervindelijk vastgesteld dat er zelf iets aan te doen is.

Sylvia is de auteur van de boeken *'De Logica van een crisis'* en *'Zelfhelend vermogen bij psychische klachten'*.



Sylvia is ervaringsdeskundige op het gebied van oorsuizen (tinnitus).

'Haar' tinnitus begon met een hard, onregelmatig geluid als morsetekens in beide oren en bij tijden ook verschillende andere geluiden.

Ze heeft zelf uitgebreid geëxperimenteerd met methoden uit haar twintig jaar ervaring met cursussen geven op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en (lichaamsgericht) bewustzijn.

Op grond hiervan heeft zij deze methode ontwikkeld, met veel ruimte voor de individuele ervaring van iedere deelnemer.

Deze krijgt een scala aan technieken voorgelegd en kan daarmee zelf experimenteren wat werkt of niet.

Haar tinnitus is nagenoeg verdwenen.

Alleen soms is het 's nachts nog even hoorbaar aan een oor.

Zelf beschouwt tinnitus nu als een signaal dat haar ondersteunt op een meer ontspannen en vanzelfsprekende manier in het leven te staan.

Tinnitus kan als een bliksem inslaan.

Opeens dringt het tot je door dat er een geluid in je hoofd zit.

Dat kan veel in je leven teweegbrengen.

Maar hopeloos is het niet... !

Vragen en aanmelding:

info@praktijk-S.org

06 40 91 66 00

www.sylvia-i-saakes.com

Cursussen en individuele sessies in
Centrum Djoj R'dam, via Skype
of in mijn praktijk in Schiedam