

Daarom ben ik ook blij dat ik verschillende invalshoeken ken om met mensen te werken: je lichaam, je gedachten, je gevoelens, of je geloof.

Ik heb hiervoor professionele methodes geleerd zodat ik ervaringsgericht kan werken. Ik werk met jou in contact met jezelf, met je lichaam, met de ander en met dat wat groter is dan jij.

Hiervoor gebruik ik verschillende werkvormen:

gestalttherapie  
psychosynthese  
lichaamswerk  
systemisch werk

Mensen typeren mij als gastvrij, geduldig, rustig en liefdevol maar ook confronterend. Voor mij is het belangrijk dat mensen zich welkom voelen bij mij. Daarin wil ik een discipel van Jezus zijn. Van Hem leer ik dat genade en waarheid samen op gaan.

Dat betekent dat ik eerlijk wil zijn tegenover mezelf en tegenover jou en de confrontatie niet uit de weg ga.

Ik wil ook in jouw pijn, verdriet, boosheid en somberheid graag met je in verbinding blijven.

Ik wil er voor je zijn.

### Geen wachtlijst

Ik heb geen wachtlijst. Je kunt direct een afspraak maken voor een kennismakingsgesprek.

### Tarieven

Het intakegesprek is altijd gratis en duurt ongeveer een uur.

Het gewone tarief is €60 per uur incl. BTW. In de meeste gevallen vergoed de zorgverzekering dit niet.

Voor studenten of mensen met een minimum inkomen kan in overleg gekeken worden naar een aangepast tarief.



## Praktijk voor therapie en pastoraat

Lijsterweg 12  
9753 HZ Haren (GN)  
050-2111814

praktijk@ansboven.nl  
www.ansboven.nl  
kvk nr. 64134083

### Herberg 'de Boven-INN'

Je bent hartelijk welkom in mijn praktijkruimte 'de Boven-INN.'



Ik zie mijn praktijk als een herberg. Je kunt er uitzoeken wie je bent geworden en wat wel en niet bij je past. Klopt het beeld dat je van jezelf hebt? Waar ben je scheefgegroeid, waar een weg ingeslagen voor iemand anders? Waar heb je jezelf tekort gedaan?

Als gastvrouw wil ik samen met jou kijken hoe je levensweg verlopen is. De uitdagingen die herberg Boven-INN je aanbiedt is om

eerlijk naar jezelf te kijken, waarbij ook de schaduwkanten van jezelf zichtbaar worden.

### Tijdelijk huis

De Boven-INN is een tijdelijk thuis waar je op adem kunt komen, van een afstandje naar je leven kunt kijken en waar je kunt herstellen.

Ik hoop dat je deze pleisterplaats na een poosje weer kunt verlaten, uitgerust, verkwikt en met nieuwe moed en de goede weg in het leven terug kunt vinden.

Als gastvrouw van de herberg, wil ik graag dat mijn gasten zich veilig voelen en zichzelf durven te zijn. Mijn taak als gastvrouw is "aanwezig zijn". Dit betekent aandacht hebben voor de gedachten, de gevoelens en emoties die er op dat moment zijn en

daar bij blijven. Met als doel dat jij je gevoelens serieus neemt omdat ze je kunnen helpen om de weg terug naar jezelf te ontdekken.

### **Gevoed worden**

In de Herberg wordt gegeten en gedronken. Deze herberg wil je gezond voedsel aanbieden, zodat je weer op adem kunt komen en je energie weer gaat stromen. Gezond voedsel zoals helende woorden van God. En je laten drinken van Zijn liefde.

Hier word je ook uitgedaagd om iets nieuws te proberen. Soms vreemde dingen waar je voorzichtig van proeft en het is goed mogelijk dat je zo nieuwe ontdekkingen doet over jezelf. Als gastvrouw wil ik zorgvuldig kijken wat bij jou past.

### **Gasten**

De gasten die in de herberg komen zijn op reis. Sommigen hebben obstakels op hun weg ervaren, en anderen zijn de weg kwijt, of weten niet eens waar ze

heen willen. Als gastvrouw wil ik samen met jou kijken hoe je levensweg verlopen is. De uitdagingen die herberg Boven-INN je aanbiedt is de confrontatie aan te gaan met jezelf, je gevoel en je gedrag. Hierbij worden ook je schaduwkanten zichtbaar.

“Wat je van je afduwt  
krijgt meer macht over  
je. Aanvaard wat er is,  
dan vind je rust”

Ieder mens heeft juist de neiging om pijnlijke confrontaties uit de weg te gaan, dat lijkt de gemakkelijkste weg. De één doet dit door zich in te houden, de ander gaat zich overschreeuwen, of heel druk bezig zijn. Maar als je je gevoelens en behoeftes ontkent is de kans groot dat je steeds verder bij jezelf en bij echt leven verwijderd raakt.

Het begin is om onder ogen te zien hoe het bij jou is, en dit te aanvaarden. Je bewust te worden hoe jij het doet en er zelf ook

begrip voor hebben dat je niet voor niets op deze manier bent gaan leven.

### **Vragen**

Cliënten komen met problemen die hen hinderen in hun leven, zoals steeds terugkerende gedachten, of dat je merkt dat je steeds in dezelfde situaties terecht komt of met dezelfde gevoelens te maken hebt. Veel mensen zijn op zoek zijn naar rust en vrede. Ze komen met allerlei levensvragen zoals:

Waar geloof ik in?

Wat maakt mijn leven  
nou echt zinvol?

Wat wil ik eigenlijk zelf?

Ken ik mezelf wel echt?

Staat jouw vraag er niet bij dan wil dit niet zeggen dat je niet welkom bent. Maak gerust een afspraak voor een gratis intakegesprek, waarin we samen kijken of jouw vraag en mijn kwaliteiten bij elkaar passen

### **De gastvrouw**

Ik ben Ans Boven. Ik ben 64 jaar, vrouw, moeder en grootmoeder.

Ik heb veel over de mens geleerd uit de bijbel. Dit is een bron van wijsheid voor mij en ik geloof dat Gods manier van leven voor iedereen goed is. Ik ben christen en ik geloof dat God mij gebruiken wil om iets van Zijn liefde aan de mensen om mij heen te laten zien.

Dit betekent niet dat God altijd ter sprake komt of dat ik mijn geloof aan jou wil opdringen. In hoeverre God ter sprake komt hangt van jou af. Ik geloof dat God de mens liefheeft en het geluk van ieder mens op het oog heeft en er naar verlangt dat je een “heel” mens bent.

Je lichaam, je ziel, je geest, alles heeft met elkaar te maken en staat met elkaar in verbinding. Ik heb gemerkt tijdens mijn werk als kerkelijk werker dat er bij veel mensen een kloof zit tussen hun overtuiging en hun ervaring.