

# INHOUD

Inleiding	7
De oorzaak van psychische klachten opruimen – alles is met alles verbonden	9
Herstellen zonder antidepressiva – er mist een stofje in je hoofd	12
Rouwen om verloren illusies – afscheid nemen van de wensouder	14
Therapie voor de therapeut – een open hart	19
Alleen als je vrij bent in jezelf en je je hart opent, kun je horen wat een ander zegt – de juiste vraag	28
Voordelen van individuele trajecten bij relatietherapie – koppels ontkoppelen	32
Het belang van een goede intake – groene doeken	41
Angst voor herstel – het grote onbekende	50
Problematiek van hoogbegaafden – de kop onder het maaiveld	56
Een diagnose kan traumatisch zijn – de diagnose – 1997	61
Wat contact maken betekent – vader, moeder, kind	65
Het bereiken van psychisch evenwicht – expertstatus van onkunde	70
Werken met woorden als symbolen – de waarde van woorden	79
EMDR – Eye Movement Desensitization and Reprocessing – traumastapeling	86
Met woorden bij elkaar brengen – de kracht van de eenvoud	90
Logosynthese – protocol voor het neutraliseren van emotionele lading	96
Over de darm en psychisch functioneren – de doorn in de buitenband	98
Narcisme bij de partner – gebruik je hersenen en niet je gevoel	108
Neurotransmitters, receptoren, voedingssupplementen – de dominostenen	113
Hoe verslaafd kun je zijn – gestopt met roken!	119

Lessen voor de therapeut – de gift van de cliënt	121
Oorzaak van psychische klachten in de biologie – het is niet altijd wat het lijkt	124
Symptomen en oplossing van jodiumtekort – jodiumtekort: de onbekende saboteur	128
Autisme bij de partner – herkenning lost relatieproblemen op	131
Enkelvoudig trauma uitgesmeerd in de tijd – in de val door de val	139
Omgaan met rouw en verlies – de laatste link	141
De angel in het begeleiden van een ontwikkelingsproces – het brein wil afronden	146
Volledig herstel met alleen voedingssupplementen – voedingssupplementen zijn geen snoepjes	151
Zonder sterven geen vernieuwing – dak open en pootjes op de grond	157
Ongezonde patronen neutraliseren in plaats van doorbreken – eerst op zoek naar de oorzaak	159
Verdringing van het sublieme – voorbeelden die mij achtervolgen	165
Leven en creëren – het kind afstaan aan de wereld	167
Een onmogelijke missie – ik wil hier brengen wat daar was	171
Wat betekent een open hart voor jezelf? – hartje open, hartje dicht	176
Nawoord	178
Dankwoord	184