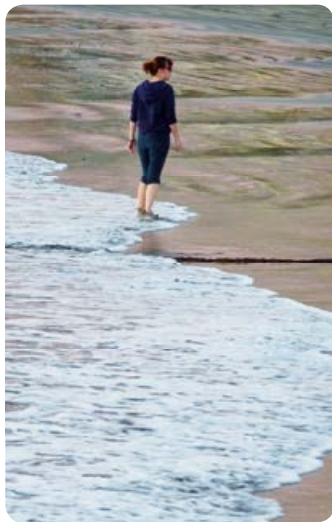




- Leren @ Concentreren
- Communiceren
- Opvoeden
- Persoonlijke balans
- Denken @ Doen
- Voelen @ Weten
- Gezondheid



Leer inzetten wat je wél goed kan en word weer baas over je eigen situatie!



Begeleiding, scholing en advies bij dyslexie, ADD, ADHD, DCD, hoogbegaafdheid, stress, chronische pijnklachten e.d.

Bijscholing voor professionals in onderwijs, gezondheidszorg en bedrijfsleven.



“Jij laat zo helder zien wat er gebeurt in zo’n koppie of volwassen hoofd. Juist als je dat snapt is er een opening om te zoeken naar een andere manier.”



Voor professionals

Verwijzing en advies

Als leerkracht of andere professional in onderwijs, gezondheidszorg of bedrijfsleven help je leerlingen of cliënten met allerlei gedrags- en leerproblemen, stress of chronische pijnklachten. Als ervaren meedenker met een brede en degelijke achtergrond adviseer ik over individuele gevallen of over de algemene aanpak van een bepaalde problematiek. Ook kan ik je cliënt of leerling individueel begeleiden in een oplossingsgericht, kortdurend traject.

Bijscholing

Vizier geeft studiedagen en lezingen op het gebied van leren en leerstijlen, concentreren, communiceren, persoonlijke balans en gezondheid. De bijscholing is gebaseerd op de laatste inzichten uit de neurowetenschap, leer- en ontwikkelingspsychologie, revalidatiegeneeskunde en bewegingswetenschap. Er is altijd ruimte voor theorie, oefening en ervaringen delen. Concrete bijscholingsonderwerpen zijn bijvoorbeeld focustechnieken, leerstijlen en samenwerking tussen beide hersenhelften en stressmanagement.



Meer weten en contact
 info@inhetvizier.nl
 071-7370229 / 06-45911913
 Evertsenstraat 179
 2315 RZ Leiden

www.inhetvizier.nl



Vizier = Marieke Uiterwijk

Als revalidatiearts begon ik mij steeds meer te verdiepen in de psychologie en de werking van de hersenen, met als aandachtsgebieden: leren, concentreren, communiceren en balans tussen lichaam en geest. Inmiddels heb ik mijn eigen praktijk, *Vizier*, waar ik sinds 2006 werk met volwassenen, jongeren en kinderen die vastlopen op het gebied van onderwijs, werk, gezondheid en relaties. Zo lopen wezenlijk contact met mensen en fascinatie voor de werking van het brein als een rode draad door mijn leven.

Consulten

Vizier werkt oplossingsgericht; behandeling en begeleiding duren zo kort mogelijk. Marieke Uiterwijk is BIG-geregistreerd arts. Afhankelijk van je eigen polisvoorwaarden is vergoeding van consulten mogelijk.

Bijscholing

Studiedagen en lezingen zijn ook op locatie en op maat mogelijk.

1. Een mens is een geheel

- Lichaam en geest horen bij elkaar - dat vraagt om een gecombineerde mentale en fysieke aanpak.
- Voelen, denken, doen! Ofwel: cognitie, emotie en gedrag. *Dat geldt voor lezingen, studiedagen én de individuele begeleidingstrajecten.*

In het vizier van Vizier

Begeleiding



Kinderen

Het loopt niet lekker...

Je kind komt niet goed mee in de klas, vertoont thuis of op school gedrag dat je niet begrijpt. Communiceren en ouderschap worden er niet eenvoudiger op. Hoogbegaafdheid, dyslexie, dyscalculie, DCD, ADD, ADHD, een stoornis in het autistisch spectrum: etiketten zijn er genoeg - maar wat doe je ermee? Hoe leer je jezelf en je kind er (prettig) mee leven? En hoe haal je samen met de school het beste uit je kind?

... wat doe je dan?

Ik laat je kind ontdekken dat het veel meer kan en veel meer durft dan het denkt. Jou als ouder laat ik zien hoe je kind functioneert en hoe je het beter kunt helpen. Een-op-een, en als je wilt in lezingen en cursussen. Ik kan je ook de weg wijzen naar andere hulp. Hoe dan ook, we gaan samen aan de slag: kind, ouders en ik, totdat het goed gaat met jullie.

2. Iedereen heeft zijn eigen wijsheid en kwaliteiten

Leer daarop te vertrouwen. Dan vind je zelf een passend antwoord op de eisen en veranderingen in je leven.

Ik bied begeleiding bij:

- het ontdekken van eigen kwaliteiten die je kunt inzetten;
- het aanleren van technieken om beter te functioneren in school, werk en privé;
- het aanleren van ontbrekende sociale vaardigheden. *Creativiteit, ontspanning en humor leiden tot onverwachte oplossingen.*

Jongeren en jongvolwassenen

Vriendschap en communicatie

Jongeren zoeken zichzelf, hun eigen weg in het leven. Onzekerheid en pijnlijke ervaringen horen daarbij. Soms kom je daar in je eentje niet goed uit. Vizier helpt je, zodat je je eigen reacties beter snapt en beter in je vel komt te zitten. Dan kan je goede keuzes maken in je sociale leven en je studie. Keuzes die passen bij wie jij bent.

Leren en presteren

Ook als je last hebt van

- dyslexie, hoogbegaafdheid, ADD, ADHD, DCD
- angsten, bijvoorbeeld faalangst
- gebrek aan (studie)motivatie
- moeite met overzicht houden en plannen

kan je het heft in eigen hand nemen. Vizier leert je je hersenen begrijpen en anders gebruiken, met lees-, leer- en concentratietechnieken, oefeningen, handige tips en coaching.

3. Communicatie!

Je leeft zelf, maar niet alleen. Daarom betrek ik, afhankelijk van de situatie, ook anderen in mijn aanpak - ouders, gezin, school, werkomgeving. Andere communicatie geeft een andere wending aan de gebeurtenissen en is daarmee altijd een deel van de oplossing. Ik heb ook een uitgebreid (professioneel) netwerk - om van te leren en zondig naar dóór te verwijzen.

Je linker breinhelft is je schildpad: langzaam, stap voor stap, details, logisch, taal, analytisch. De rechterhelft is je haas: snel, ruimtelijk, overzicht, intuïtief, beelden, associatief.

Volwassenen

Er kunnen veel zaken zijn waaraan je wilt werken:

- communicatie en keuzes maken in opvoeding, relatie of werk
- stress-gerelateerde klachten
- omgaan met chronische lichamelijke klachten
- beelddenken, dyslexie, hoogbegaafdheid en ADD/ADHD-gerelateerde klachten

Wat ik bied

Ik luister goed en geef de inzichten en het gereedschap aan die je nodig hebt om jezelf beter te leren kennen en sturen. Ik ga uit van je eigen talenten en sterke kanten. Door het kiezen van een ander perspectief kunnen de wereld en het probleem er opeens heel anders uitzien. Dan worden nieuwe oplossingen zichtbaar.

Werkwijze

Ik geef individuele begeleiding en korte cursussen in kleine groepen. Je krijgt theorie en oefeningen en kunt ervaringen delen. We werken altijd op meerdere niveaus tegelijk: fysiek, emotioneel, mentaal en intuïtief.