



HOE WERKT HET
SLAAPCONSULT



HOE WERKT EEN SLAAPCONSULT?



NA JE AANVRAAG KRIJG JE EERST PER MAIL EEN ANTWOORD TERUG

Ik noem hierin wat ik voor je zou kunnen doen en eventueel welk consult het beste bij je situatie past. Ook vermeld ik direct de actuele wachttijd. De aanvraag is niet bindend. Zijn er mogelijkheden en wil jij dit ook?

DAN VOLGEN DE FORMALITIES

Je beantwoordt de mail. Daarna stuur ik je alle informatie toe, de consultdatum en natuurlijk het intakeformulier. Je hebt ruim de tijd om de intake in te vullen en weer terug te sturen.

Een eenmaal gereserveerd slaapconsult heeft een betaalverplichting. Als binnen 2 werkdagen geen betaling is ontvangen, vervalt de reservering. Een eenmaal betaalde slaapconsult kan worden geannuleerd binnen 48 uur na de betaling. Na die periode is er geen restitutie mogelijk. Het verplaatsen van een slaapconsult is mogelijk tot een week voor de datum.

EXTRA INFORMATIE

Bij je consult krijg je extra informatie in de vorm van factsheets. Deze worden hetzij als bijlage bij de e-mail gevoegd, hetzij beschikbaar gesteld via een aparte inlog op de website. Per leeftijd zijn er weer bijzonderheden dus het kan zinvol zijn steeds even terug te gaan naar deze factsheets om de actuele ritmes te volgen en te weten wat er speelt op bepaalde leeftijden.



HET CONSULT

Op de afgesproken datum maak ik het consult voor je. Je ontvangt die dag het hele consult in je mailbox. Dit consult bestaat uit een flink aantal pagina's. Afhankelijk van het gekozen pakket vind je hierin een analyse van het slaapgedrag, de onderliggende oorzaken (van onrust en slecht slapen) en de adviezen hoe deze te verhelpen, een analyse van het slaapgedrag (met uitleg), een of twee Slaapplannen + de antwoorden op je vragen.

EN DAARNA...

Neem je rustig de tijd om alles door te lezen. Vragen die je eventueel hebt kun je per e-mail aan mij stellen. Ik beantwoord dan zo snel mogelijk je vragen, waarna je aan de slag kunt gaan. Heb je een Premium Slaapconsult, dan help ik je ook in de weken die volgen. Hoe (vaak), dat spreken we gewoon af en is naar keuze. *Heb je geen Premium Slaapconsult en merk je dat je begeleiding of 'even terugkoppelen' toch wel prettig vindt, dan kun je altijd (achteraf) nog extra coaching bijboeken.*

ALLES SCHRIFTELIJK?

Ja, wel vanuit de basisconsulten. Daar zit een gedachte achter. Allereerst is er dan geen 'stoorzender' in huis (ik). Want elke onrustige baby is immers rustig als je eindelijk bij een arts zit of wordt onrustiger als de dag toch weer anders verloopt. In de tweede plaats: ik weet hoe pittig dit is. Een afspraak plannen kan hogere wiskunde zijn en na die afspraak volgt altijd onrust. Ook kijk jij naar het hele gedrag, gedurende alle maanden van je kleintjes bestaan, waar ik alleen een momentopname kan doen. Bovendien ben je op papier vaak 'eerlijker'. Deze aanpak is al de eerste stap van het consult. Want dit traject is geen kwestie van 'hier heb je een advies en doe wat ik zeg'. De Droomritme Methode is gemaakt om je achter het stuur te zetten, je eigen coach te worden, om zo aan één



consult genoeg te hebben. Zelf noteren geeft inzicht. Tot slot beslaat het consult zo minder van mijn tijd en dat betekent dat de tarieven lager kunnen zijn, wel zo fijn.

Vind je het fijner om na het ontvangen van je consult een en ander door te spreken? Dan kan dat natuurlijk. Hiervoor is de extra optie '(Extra) Coaching', tegen meerprijs.

Heb je hier allemaal nog vragen over? Mail gerust.

WERKT HET ALTIJD?

Hoewel de methode bewezen effectief is en wij droomritmecoaches staan voor kwaliteit, is nooit een 100% succesgarantie te geven. Een onderliggende oorzaak kan storen, reden waarom je in een droomritmeconsult ook een analyse en advies hieromtrent krijgt. Verder valt of staat het succes met de inzet en het opvolgen van de adviezen. In 95% van de gevallen werkt de methode.

WAT MAAKT EEN DROOMRITMECONSULT ANDERS?

De meeste slaapcoaches werken met een methode die alleen naar de slaaptechniek kijkt en geven daarbij geen duidelijke stappen en houvast. Uniek aan een droomritmeconsult is dat holistisch wordt gekeken en alles op maat wordt geschreven. Je krijgt daarbij duidelijke ritmes, voorbeelden en een stappenplan. Zo kun je zelf de komende maanden vooruit en is niet steeds een herhaalconsult nodig. Droomritmecoaches zijn allemaal ervaringsdeskundigen: wij weten wat het betekent om een slecht slapende of onrustige baby te hebben en hebben hier onze passie van gemaakt. 'Be who you needed'. Naast ervaringsdeskundige zijn wij ook onrustdeskundige en uiteraard baby- en kinderslaapcoach.

