



BEZIELD LEVEN, STERVEN EN ROUWEN

◀ Levensbegeleiding

◀ Stervensbegeleiding

◀ Rouwbegeleiding



VERDRIET- EN ROUWBEGELEIDING

Het is niet je verdriet zelf waardoor je groeit,
het is door het antwoord dat je vindt op het verdriet.

ROUWEN IS EEN LEVENSCRISIS

Rouwen ontstaat doordat we iets betekenisvol moeten missen. Bovendien brengt het vaak (oude) emoties naar boven. Rouwbegeleiding is een waardevolle ondersteuning. Het helpt je om te gaan met je emoties. Ik begeleid je graag om de koers naar herstel te vinden. Ik werk voorbij alle rouwmodellen, gericht op jouw heilheid.

EMOTIES DELEN

Vrienden heb je door dik en dun. Ook om emoties mee te delen. Een goede vriend luistert en geeft pas een mening als jij daarom vraagt. Ik wil naar je luisteren en je richting geven in waar je naartoe wilt.



BEWUSTWORDING

Verdriet is een van de krachtigste emoties die je kunt ervaren. Verdriet doet je beseffen hoeveel je om iemand geeft. Uiteindelijk helpt dit proces je, om een nieuwe 'IK' te ontwikkelen, waarbij liefde een grote rol speelt.



LEVENSPIJN

Verdriet is een emotionele achtbaan, waardoor je uit de bocht kunt vliegen. Depressie, angst en verslavingen liggen op de loer. Het is mijn expertise om je pijn te helpen verkorten en om wat je is overkomen om te zetten in levenskracht. Je hoeft de reis beslist niet alleen te maken.

VERDRIET EN VERANDERINGEN

Verdriet is een persoonlijke en complexe, vaak heftige emotie die met begeleiding te sturen is. Deze emoties kunnen je overvallen en dwingen je om je leven opnieuw te evalueren. Dit kan leiden tot het ontdekken van je waarden, interesses of carrièrepaden die je anders misschien niet had overwogen. Het wordt een onderdeel van jouw antwoord op je verlies.



VERBINDING MET JEZELF

Als wij samen aan de slag gaan, help ik je te luisteren naar je innerlijke stem. Soms confronterend. Maar altijd bevrijdend, omdat het je weg vrijmaakt voor groei. Levensbegeleiding is een overtreffende trap van rouwbegeleiding. Zo kan je verlies worden opgenomen in jouw levensverhaal.

THUISVAART

Dé plek voor verbinding met jezelf tijdens rouw, verlies en verdriet.



LEVENSBEGELEIDER & TRAINER

'Mijn specialisatie is verdriet- en verliesbegeleiding'. Waarbij ik je help de verbinding met jezelf te herstellen. Dat bevordert vrijheid en liefde. "In deze transitie leer je autonoom en uniek te worden, door te aanvaarden wie je bent inclusief je verlieservaring".

Verdriet heb je niet alleen door een dierbare te verliezen. Je 'verliest' - op de weg tussen geboorte en dood - ook regelmatig. Voorbeelden zijn een stukvallend zelfbeeld, echtscheiding, verlies van werk of zelfvertrouwen, een droom die niet waargemaakt kan worden of ergens niet meer bij horen. Mijn rouwbegeleiding gaat hand in hand met Levensbegeleiding.



PUUR

Puur is beleven en ervaren. Jezelf zijn. Thuiskomen bij jezelf. Samen doen en delen.



EENVOUD

Eenvoud heeft kracht en is verdiepend. Weglaten van versieringen maakt je transitie sereen.



PERSOONLIJK

Ik wil graag een open ontmoeting met jou om je op zielsniveau en met gevoelens van respect te leren kennen.