

InMotie

begeleiding bij verlies en verandering

Welkom!

In mijn praktijk begeleid ik jongeren en volwassenen in situaties van verlies, rouw en verandering. Verlies en rouw kunnen naast overlijden ook gaan over verlies van gezondheid, van land, van toekomstperspectief, van idealen en ook over scheiden, ontslag en allerlei andere soorten tegenslag.

We zoeken mogelijkheden om de pijn die we daarbij ervaren, te verzachten of te vermijden. Tijdens het opgroeien leren we onszelf manieren aan met dergelijke pijn om te gaan. Deze manieren of strategieën geven ons kracht en energie.

Soms merk je echter dat je vastloopt. Dit kan zijn naar aanleiding van een concrete gebeurtenis, maar ook zonder een direct aanwijsbare oorzaak. Het kan je algehele welbevinden betreffen, een relatie, je werk en/of een bepaalde situatie.

Op zo'n moment kan ik als klankbord helpen:



- bij het inzicht geven in processen die plaatsvinden
- bij het stilstaan bij verdriet en pijnlijke ervaringen
- bij het ontrafelen van gevoelens en gedachten

Hierbij staat centraal, dat je dit op je eigen wijze en in je eigen tempo doet. Rouw is namelijk als een vingerafdruk: voor iedereen verschillend. Het gaat er om, dat je je gesteund voelt in dit proces, dat je opnieuw verbindingen aangaat en weer zingeving gaat ervaren zodat het verlies een rol krijgt in je leven en in je toekomst.

Je bent welkom met jouw verhaal. Ik bied je een plek waar je mag zijn wie jij bent. Ik heb vertrouwen in de veerkracht van mensen en ondersteun en versterk deze graag.

Voor meer persoonlijke informatie of een afspraak bel of mail me gerust.



Louise Niesten

T. 06-389 27 837

E. info@praktijkinmotie.nl

W. www.praktijkinmotie.nl

F. www.facebook.com/praktijkinmotie/