



Mendy's Melody

Life&Paardencoach Wia Jongsma

Speciaal voor mensen die stress ervaren, een burn-out hebben of dat willen voorkomen.

Ben je bang voor paarden of heb je er niks mee? Laat je niet weerhouden om te ervaren hoe paarden en pony's met hun sensitieve wijsheid jou kunnen helpen. Op een veilige manier kun je ervaren hoe bijzonder het is om in de nabijheid van een paard in de spiegel van jezelf te kijken.

Heb je een burn-out?

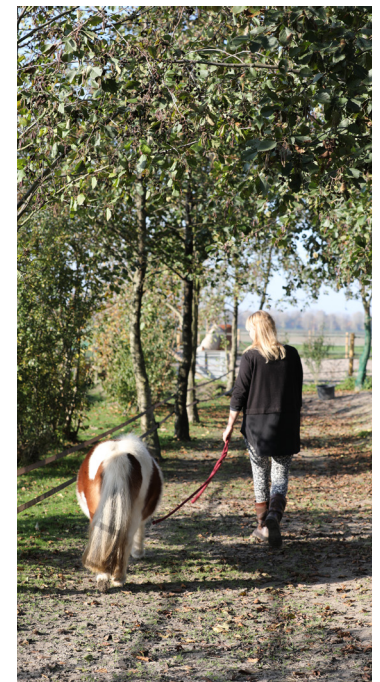
Heb je klachten die wijzen op een burnout? Wees er op tijd bij!

- Pieker je veel?
- Slaap je onrustig of slecht?
- Heb je de avond voordat je naar je werk gaat al pijn in je buik?
- Voel je je vaak ongemakkelijk op je werk?
- Heb je vaak hoofdpijn of voel je je somber?
- Werk je veel thuis en voel je je eenzaam?
- Ben je het overzicht in je werk kwijt?
- Ben je lusteloos en heb je weinig energie?
- Heb je concentratieproblemen?

Loop er niet langer mee rond en vraag om hulp. Op je werk helpen ze jou hier graag bij. De klachten zijn niet vanzelf gekomen en gaan ook niet vanzelf over.

Je bent altijd welkom voor een gratis kennismakingsgesprek en een ontmoeting met de paarden van Mendy's Melody. Voor meer informatie kijk op www.mendysmelody.nl

Als je vragen hebt, neem dan gerust contact op met Wia Jongsma (0624484589).





Wat is de kracht van paardencoaching?

Tijdens een sessie wordt je met behulp van paarden en/of pony's heel snel overtuigd van de blokkades en belemmeringen die jij bewust of onbewust ervaart. De paarden spiegelen de spanningen die zij waarnemen, zowel van mensen, kuddegenoten als van roofdieren. Dit hebben zij nodig om te overleven in de natuur. Een paard leeft in het hier en nu, omdat het paard altijd in staat moet zijn om onmiddellijk te reageren voor zijn eigen veiligheid. Paarden zijn prooidieren. Wanneer zij een roofdier waarnemen, weten ze onmiddellijk of het dier een bedreiging vormt of niet. Ook in het donker voelt een paard of het in gevaar is of niet. Een paard is daardoor bijzonder sensitief.

Dit natuurlijke vermogen van paarden wordt als essentiële hulp ingezet bij cliënten tijdens een sessie. Wat het paard door zijn lichaamstaal laat zien, geeft aan wat bij de cliënt speelt. Als Life- & Paardencoach herken ik de signalen van het paard en door middel van open vragen geef ik terug aan de cliënt wat het paard laat zien tijdens een sessie. Hierdoor herkennen we mogelijke blokkades en oud zeer. Tijdens de sessie kun je dit loslaten en krijg je handvatten die je in kunt zetten, zodat je weer echt contact maakt met je authentieke zelf. We gaan op zoek naar je sterke eigenschappen en je voelt weer wat dat voor jou kan betekenen.

Sommige blokkades zitten verstopt in je familiesysteem. Familieopstelling is een methode die we samen met de paarden kunnen inzetten. Op dat niveau kunnen we blokkades herkennen en opheffen. Binnen zo'n sessie sta je dan weer op de juiste plek binnen jouw familiesysteem. Dit kan heel veel rust en stabiliteit geven. Bepaalde destructieve patronen die jou onbewust belemmeren, worden hierbij losgelaten en daardoor ontstaat ruimte voor nieuwe inzichten en positieve energie.

Wat kun je leren tijdens de sessies met de paarden?

- het verkrijgen van inzichten in je sterke eigenschappen en je valkuilen
- het inzetten van je sterke eigenschappen en valkuilen vermijden
- het verkrijgen van inzichten in de hoeveelheid energie die je van nature hebt en hoe je dat bent kwijtgeraakt
- het goed voor jezelf zorgen en het bewaken van je grenzen
- het verkrijgen van inzichten in negatieve patronen die jou belemmeren en het loslaten van deze patronen.

