



2-Maandelijks wordt er een consulent/trainer van de Stichting Wijze Moeders in het zonnetje gezet. We zijn benieuwd wie zij zijn, wat zij in het dagelijks leven doen en hoe zij de trainingen binnen hun praktijk of werk toepassen.

Natascha Dorder (Praktijk Her-inneren in Almere) vertelde ons dat het werken met de volwassenen soms verrassende effecten heeft op hun kind. Zo kan het zijn dat kinderen ander gedrag laten zien, omdat ouders zich prettiger en rustiger voelen, nadat ze aan zichzelf hebben gewerkt. Natascha werkt met sensitieve volwassenen. Ze is zich bewust geworden dat meer inzicht over de eigen sensitiviteit, ouders kan helpen om het kind veilig te stellen. Zonder zich ervan bewust te zijn geven ouders iets door aan kinderen: onrust, onbestemde gevoelens, twijfels...

Inzicht in jezelf kan een groot effect hebben op je kind omdat je zelf doelgerichter wordt, of duidelijke keuzes maakt.

Hieronder vindt je een weerslag van het interview dat we met haar hadden:

1. Zou je jezelf even kort voor willen stellen?

Ik ben Natascha Dorder, 42 jaar en woon in Almere. Mijn hele leven lang heb ik een passie voor wat mensen beweegt, waarom ze de dingen doen die ze doen. Een andere passie is voeding. Leren begrijpen wat echt goed voor je is, waar je echt energie van krijgt, vrolijk van wordt. Voeding inzetten als het belangrijkste medicijn voor een goede gezondheid.

2. Wanneer ben je begonnen met je praktijk?

In mijn hoofd ben ik er al heel lang mee bezig. Maar pas een jaar geleden ben ik het echt gaan vormgeven. Wat wil ik nu, hoe moet het er uit zien? En door het in de praktijk ook echt te gaan doen, kwam ik er pas goed achter wat voor mij belangrijk is. Nog steeds is het bijschaven, maar ik weet nu dat je dat alleen kunt doen, door gewoon te beginnen.

Het is spannend, leuk, zwaar, druk, uitdagend!

3. Welke activiteiten doe je zoal binnen je praktijk?

Ik werk samen met mijn man, Wim, en samen proberen we om al onze cliënten beter in hun eigen kracht te krijgen. Hierbij gebruiken we verschillende vormen als coaching, cranio sacraal therapie, bioresonantie, celzouten, bloesemremedies en natuurlijk voedingsadviezen.

4. Wat is je doelstelling van je praktijk?

De naam van onze praktijk zegt het al: Her-inneren wie je eigenlijk bedoelt was te zijn. Weer ontdekken wat je echt belangrijk vindt. Weer ontdekken wat je echt nodig hebt om je krachtig en vitaal te voelen. Loslaten van alles wat je geleerd hebt als het je hindert in je innerlijke groei.



5. Hoe ben je in aanraking gekomen met de Stichting Wijze Moeders?

Eigenlijk was ik op zoek naar een training over hooggevoeligheid in zijn algemeen. In mijn baan als manager had ik nogal veel 50+ mannen die helemaal vast zaten door stelselmatig de verkeerde keuzes te maken in hun leven. Gevoelige mannen die helemaal niet pasten op de plek waar ze werkten. Teveel druk, teveel prestaties, te veel haast, te veel naar buiten gericht.

Tijdens mijn speurtocht om deze mannen goed te kunnen helpen, kwam ik bij de Stichting wijze moeders terecht. Bij de bron beginnen en dus bij kinderen leek mij een stuk effectiever, dus ik ben met veel plezier aan de trainingen begonnen.

6. Wat zijn jouw ervaringen met de hoogsensitieve volwassenen binnen je praktijk?

Prachtig!

Stoere mannen, die alleen nog maar kunnen praten over de volgende leasebak en nieuwe mobiel of wat ze nu weer hebben gefikst met hun computers, zien veranderen in gevoelige wezens met meer aandacht voor hun vrouw en kinderen, maar ook meer aandacht voor wat hun eigenlijk echt bezighoudt.

Verdrietig!

Omdat deze mannen al jaren lang hebben geleerd te overleven vanuit een standaard denken die niet bij hun past. Gebrek aan zelfvertrouwen verbloemen door heel veel lawaai te maken, heel veel te praten en anderen weinig ruimte te geven.

Het is heel moeilijk om los te laten wat is aangeleerd ook al zitten ze muurvast en zijn ze soms goed ziek er van.

Lastig!

Het is voor mij soms zo eenvoudig te zien welke stappen gemaakt kunnen worden voor een veel fijner leven. Ik wil soms te snel door het proces.

Leuk!

Sommige mannen zijn ook papa's en ineens zie je dat ze hun eigen worsteling herkennen bij hun kind of kinderen. Ineens is er herkenning en in hele kleine stapjes zie je ze anders omgaan met hun kind.

Bij mama's zie ik vaak een zucht van blijdschap. Eindelijk iemand die ze niet afkeurt op de wijze waarop ze met hun dochter of zoon omgaan, maar iemand die bevestigt dat het heel goed is dat ze haar kind zo ondersteunt en accepteert zoals hij is.

Veel mama's zijn er eigenlijk heel erg goed in om te zien wat hun kind nodig heeft, maar de omgeving maakt het hen niet gemakkelijk.

Als ik de basisprincipes uitleg zoals we die ook in de training hebben gehad, dan zie ik dat ze ook meer vertrouwen krijgen in hetgeen ze al zo lang gevoeld hebben....



7. Welke leuke ervaring zou je met ons willen delen die je een keer hebt meegemaakt?

Een man, 7 jaar lang burn-out, werkte alleen nog maar op therapeutische basis. Tijdens de sessies bij mij zijn we op zoek gegaan naar de oorzaken van zijn intense vermoeidheid. Langzaam maar zeker werd hem duidelijk hoe zeer hij het werk als projectmanager haatte, echt haatte. En waarom?

Omdat hij niet op een integere wijze met zijn mensen in zijn team om kon gaan. Alles moest te snel, alles moest onder heel veel druk, altijd lange dagen. Veel onechtheid in het werk, weinig verbinding.

Maar omdat hij het zo geleerd had, wist hij echt niet meer beter. Sterker nog, hij voedde zijn kinderen ook met harde hand op.

Door beter te begrijpen wie hij was en wat hij nodig had, is hij tot innerlijke rust gekomen. Langzaam maar zeker keert ook de rust in het gezin terug.

Hij denkt erover om schaapherder te worden....

8. Welke tip heb je nog voor je collega consulenten/trainers?

Begin gewoon! Alleen door het te gaan doen, kom je erachter op welke manier het bij jou het beste past. Langzaam maar zeker ga je daarin dan je eigen weg vinden.

Een jaar geleden had ik niet kunnen bedenken wat ik nu allemaal doe.

Je kunt het allemaal op papier prachtig uitwerken, de praktijk ziet er echt anders uit.

Wacht dus niet totdat je het volledig heb uitgedacht!