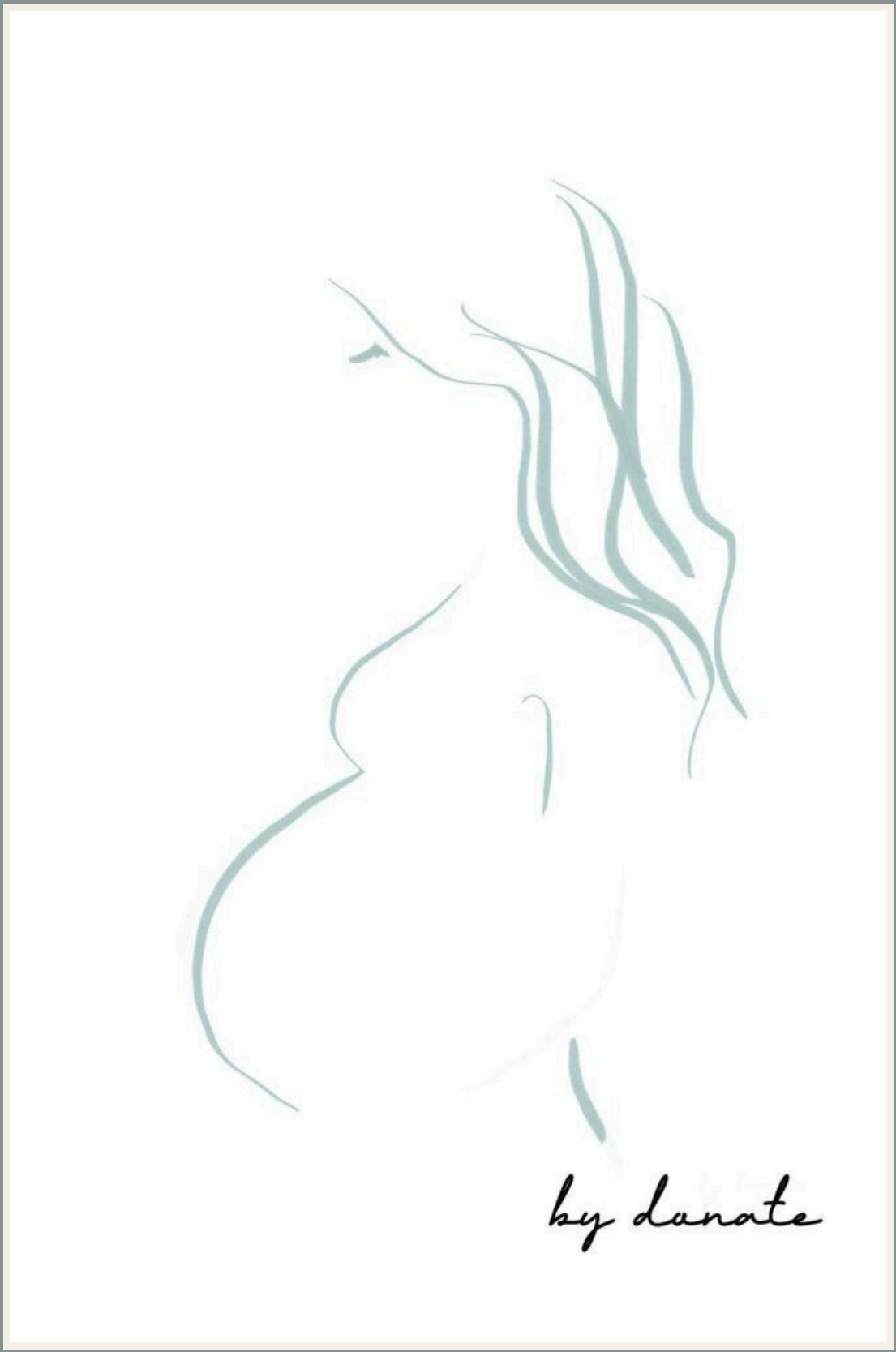
Bevalling & Bezieling

Diepgaande begeleiding voor transformatie
van binnen uit



www.kittylekkerkerker.nl

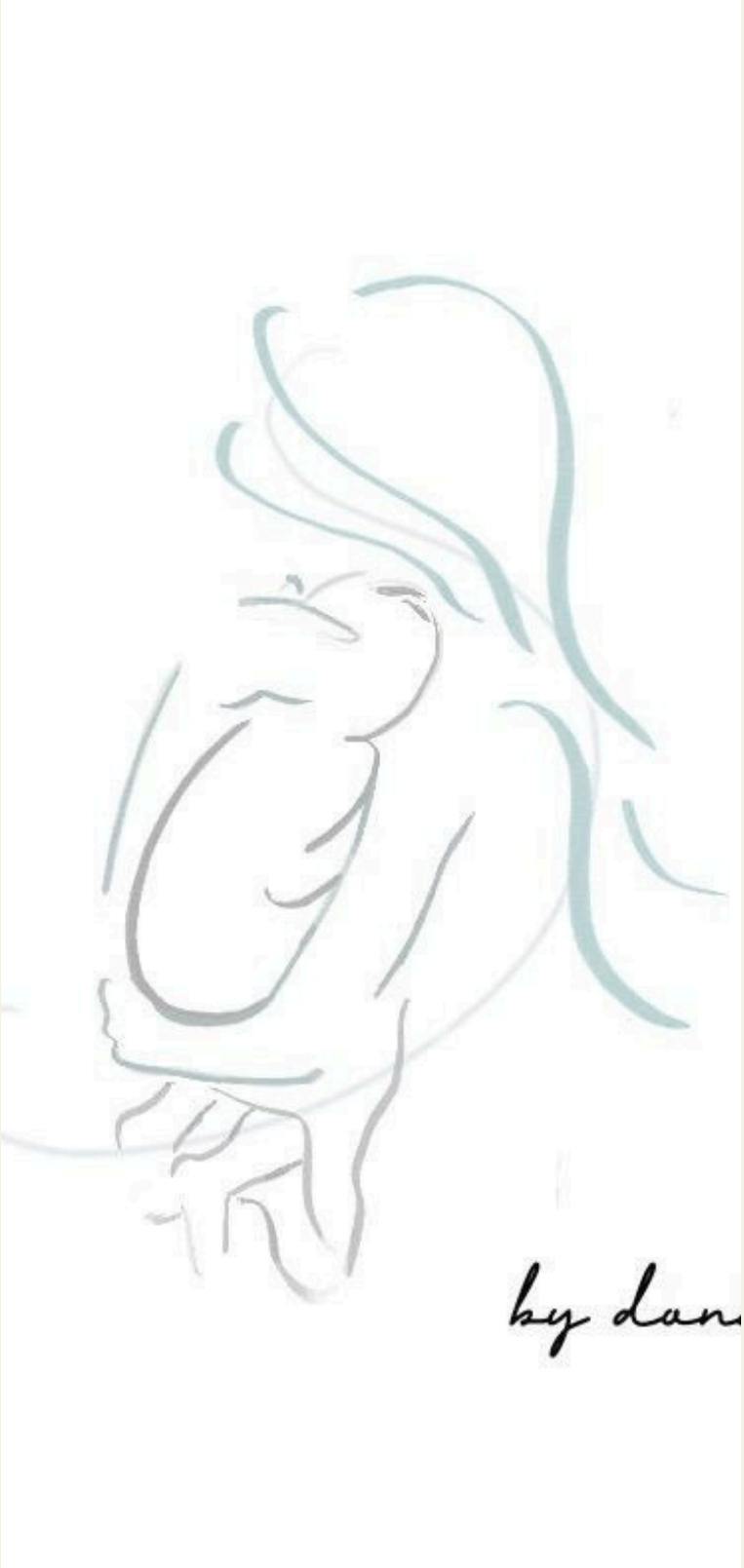
Bevalling als Wedergeboorte

Moeder worden is oeroud en tegelijk een aardverschuiving. Al sinds het begin van de mensheid dragen vrouwen nieuw leven, en toch is iedere geboorte uniek en impactvol.

Het lichaam volgt een eeuwenoud ritme, maar de ervaring opent een heel nieuw landschap van de ziel en de psyche. Het is een overgang die zowel kracht als kwetsbaarheid blootlegt, een innerlijke aardverschuiving die je uitnodigt om oude patronen los te laten en je dieper te wortelen in wie je werkelijk bent.

“Bevallen is meer dan een lichamelijk proces - het is een innerlijke transformatie."

Innerlijke Reis



Door naar de zwangerschap en bevalling te kijken als een innerlijke reis, krijgt ook een moeilijke ervaring betekenis. Je ontdekt verborgen kracht, geeft ruimte aan emoties en groeit in je nieuwe rol als moeder. Zo wordt de zwangerschap / bevalling niet alleen een lichamelijk proces, maar ook een stap in jouw persoonlijke ontwikkeling.

Zo wordt zwangerschap en bevalling niet alleen een lichamelijk proces, maar ook een stap in jouw persoonlijke ontwikkeling. Een beweging naar meer bewustzijn, vertrouwen en verbinding met jezelf.

Wanneer je bewust stil durft te staan bij wat deze periode in jou heeft geraakt, kun je oude patronen herkennen en loslaten. Wat eerst kwetsbaar of verwarrend leek, kan zich ontvouwen tot wijsheid en innerlijke rust. Zo wordt de reis naar moederschap ook een reis naar jezelf; vol diepte, zachtheid en betekenis.

Samen op weg

Als Jungiaans Analytisch Therapeut werk ik met het gedachtegoed van Carl Jung, waarbij geboorte en bevallen niet alleen lichamelijke gebeurtenissen zijn, maar ook diepe innerlijke processen. Iedere bevalling is uniek en draagt een oeroude symboliek met zich mee; van begin, overgave en transformatie. Door hier bewust bij stil te staan, kom je dichter bij je eigen kracht, patronen en betekenis.

Tijdens het traject werken we op een diepere laag: de taal van beelden, mechanismes en innerlijk weten. Door bewustwording van patronen, gevoelens uit te spreken, ervaringen te delen en stil te staan bij angsten en verlangens. Wordt de weg vrijgemaakt om inzicht te krijgen in de ervaring van geboorte geven.

Over Kitty

Zolang ik mij kan herinneren heb ik een grote interesse in wat er bij de mens speelt. In combinatie met een liefde voor persoonlijke ontwikkeling, kwam ik uit bij de 5-jarige opleiding voor Jungiaans analytisch therapeut. Het gaf een gevoel van thuiskomen.

Mijn eerste bevalling heeft iets in mij opengebroken. Mijn oudste kind lag als sterrenkijker en ik werd uitgenodigd om de controle los te laten en te zaken in mijn lijf. Iets wat ik ontzettend moeilijk vond. Ik heb altijd sterk geleefd vanuit regie en overzicht, maar daar, in dat moment, kon dat niet meer. De bevalling vroeg om overgave.

Juist in die ervaring begon mijn weg naar het voelen. Wat eerst pijnlijk en overweldigend leek, bleek de poort naar mijn innerlijke wereld. Ik ontdekte hoe diep de bevalling verbonden is met wat Jung de weg naar Individuatie noemt. Het proces waarin je steeds meer wordt wie je bent.

Ik ben moeder van drie, warm en aards. In de natuur vind ik rust en inspiratie, buiten en ook in de natuurlijke bewegingen van het innerlijk leven. Vanuit die bedding begeleid ik vrouwen op hun eigen weg van geboorte, bewustwording en groei.

"In de oerkracht van bevallen ligt de kiem van de persoonlijke groei."

Trajecten & Begeleiding

In de diverse trajecten maken we samen de reis naar binnen. We onderzoeken de diepere betekenis van zwangerschap en bevalling, voorbij het lichamelijke proces. Zwangerschap en geboorte dragen een oeroude symboliek in zich zoals; het loslaten van het oude, de overgang naar iets nieuws en de ontmoeting met je eigen kracht, patronen en mechanismes.

Met Jungiaanse interventies verkennen blokkades en belemmerende patronen, en geven ze een plek zodat ze kunnen transformeren in bron van kracht en wijsheid. Zo ontstaat er innerlijke draagkracht, waardoor er meer rust, vertrouwen en balans komt in het moederschap.

Traject Geboorteblauwdruk

Dit traject is er voor jou als je op zoek bent naar meer bewustwording en innerlijke verdieping. In een afgebakende periode ga je intensief aan de slag met de thema's die tijdens zwangerschap en bevalling zichtbaar zijn geworden.

De geboorteblauwdruk richt zich op de patronen en dynamieken die in jouw leven meespelen. We nemen je zwangerschap en/of bevalling als uitgangspunt en onderzoeken welke inzichten, emoties en overtuigingen daarbij horen. Welk thema is naar boven gekomen? Welke patronen herhaalden zich? En waar ligt juist jouw kracht en potentie?

Voor jou als:

- Je je zwangerschap of bevalling wilt verwerken en doorleven.
- Je helder zicht wilt krijgen op de onderliggende thematiek en patronen.
- Mechanismen in het moederschap je belemmeren of onrust geven.
- Je opziet tegen een volgende zwangerschap of bevalling.
- Geboorte geven een diep transformerende ervaring voor je is geweest.
- Je meer vanuit je eigen kracht en potentie wilt leven en handelen.

Geboorte geven is een transformerend proces. Dit traject biedt je de ruimte om stil te staan, te verwerken en de diepere betekenis van jouw ervaring te delen, te verwerken en betekenis aan te geven.

Inhoud:

- Telefonische intake
- 12 sessies van 75 minuten (15 uur in totaal)
- Warm Welkom cadeau
- Jungiaans Persoonlijkheidsprofiel (inzicht in schaduw en talenten)
- Verdiepende Jungiaanse teken- en schrijfopdrachten

Investering: € 2.250,- (btw vrij)
(in drie delen te betalen)

Traject Innerlijke Bevalling

Dit traject neemt je mee op een innerlijke reis naar de diepere lagen achter jouw angst, overtuigingen en patronen gericht op de zwangerschap en/of bevalling. In een veilige en rustige bedding onderzoeken we hoe jouw lichaam en psyche reageren. Angsten, onzekerheden of overtuigingen ontstaan nooit zomaar, het heeft een geschiedenis, een oorsprong en een betekenis. Door deze bewust te maken, ontstaat er ruimte voor verandering.

Het traject brengt je dieper in contact met:

- de oorsprong achter de angst, overtuigingen en onzekerheden.
- de ouderdelen die op je af komen en welke voor blokkades kan zorgen.
- de kracht die zichtbaar wordt wanneer het onbewuste mag doorleven en spreken.
- innerlijke rust en draagkracht vanuit je eigen kern.

Gaandeweg verschuift het perspectief van angst naar begrip, van spanning naar verbinding en van onzekerheid naar vertrouwen. A**an het einde van het traject s**ta je steviger op basis van een innerlijk fundament. Door bewustwording begrijp je jouw innerlijke wereld beter. Door emoties te doorleven, integreren en te accepteren ontstaat er innerlijke gedragenheid.

Je bereidt je niet alleen voor op de geboorte van je kind, maar ook op het ontstaan van een nieuwe versie van jezelf.

Inhoud:

- Telefonische intake
- 8 sessies van 75 minuten (10 uur in totaal)
- Welkom cadeau
- Verdiepende Jungiaanse tekenopdrachten

Investering: € 1.250,- (btw vrij)
(in drie delen te betalen)

Traject Delen & Helen

De periode na een bevalling kan intens, verwarrend en overweldigend zijn. Je draagt niet alleen een nieuw leven in je armen, maar ook een ervaring in je lichaam en je psyche die tijd, aandacht en bedding vraagt.

In dit traject creëren we een veilige ruimte waarin jouw verhaal verteld mag worden; zonder haast, zonder oordeel, zonder dat je kleiner hoeft te maken wat groots kan voelen. In vijf diepe sessies onderzoeken we de emotionele, lichamelijke en symbolische lagen van jouw bevalling. Hoe is het gegaan? Wat heeft je kracht gebracht? Wat bleef er onuitgesproken? En welke beelden, gevoelens of overtuigingen leven er nog in je binnenwereld die niet uitgesproken zijn?

Er is ruimte voor:

- het volledig delen van jouw bevallingsverhaal.
- het ontleden van wat je hebt gevoeld, gemist of gedragen.
- het ontmoeten van innerlijke beelden die zijn blijven hangen.
- het werken met schaduwdelen of emoties die nog aandacht vragen.
- het herkennen wat jij nog nodig hebt, om verder te kunnen.
- het creëren van een persoonlijke afrondingsritueel als sluiting van de bevalling.

Aan het einde van het traject voel je meer ruimte, helderheid en verzachting. Niet omdat alles 'weg' is, maar om het bewust geworden is, gezien en doorleefd is op een manier wat bij jou past. Je bevalling wordt daardoor niet alleen een herinnering, maar een bewust onderdeel van jouw groei, jouw kracht en jouw verhaal.

Inhoud:

- Telefonische intake
- 5 sessies van 75 minuten
- Cadeau afrondingsritueel

Investering: € 780,- (btw vrij)
(in twee delen te betalen)

Wat het je brengt:

- Innerlijke kracht:
  - je ontdekt je eigen kracht en voelt je steviger en geankerd.
- Balans in moederschap:
  - je kunt bewust aanwezig zijn in je rol als moeder, zonder jezelf verliezen.
- Transformatie van blokkades:
  - angst of pijn rondom zwangerschap en/of bevallen kan een innerlijke bron worden van bewustwording en groei.
- Gevoel van transformatie;
  - je ervaart bevallen als een betekenisvol keerpunt in je leven.
- Betekenisgeving:
  - Zowel vreugdevolle als moeilijke momenten in de zwangerschap en geboorte krijgen zin en worden geïntegreerd in jouw persoonlijke weg.

“Van geboorte naar bewustwording."

De weg naar binnen is geen gemakkelijke. Kijken naar wat zich in je afspeelt vraagt moed, eerlijkheid en zachtheid. Soms kom je emoties of oude pijn tegen die liever vermeden wil worden. Door juist er met aandacht bij te blijven, ontstaat er iets nieuws. Wat eerst spanning of onrust gaf, maakt plaats voor rust, vertrouwen en een diepe innerlijke kracht.

Je hoeft het niet alleen te doen, sommige stukken zijn lichter als er iemand met je meeloopt.

Liefs Kitty

Contact

Praktijk (op een boerderij, midden in de polder)
Gerverscop 11
3481 LT Harmelen

www.kittylekkerkerker.nl
info@kittylekkerkerker.nl

06-14341321

Voldoende parkeergelegenheid. Vanaf de bushalte 20 minuten lopen.