

Roots & Wings is een transformationeel trainingsprogramma Van The Lighthouse dat ouders en zorgdragers van vandaag een inkijk geeft op hun manier van opvoeden en hen de mogelijkheid biedt om op een meer bewuste, verbindende en voldoening gevende manier met (hun) kinderen om te gaan.

De Roots & Wings training omvat drie dagen die als een proces zijn opgebouwd, waarvan elke module verder breidt op de volgende.

De drie modules worden begeleid door Nathalie Willems.

Module 1: Ik als kind

- Bewust versus onbewust ouderschap
- De 3 basisinstincten en loyaliteit
- Wat we meedragen in onze rugzak (en doorgeven aan de volgende generatie)
- Hoe we door onze opvoeding werden gevormd
- Veilige hechting
- Je innerlijke kind helen
- Bewust afsluiten met je zorgdragers

Module 2: Mijn kind als spiegel

- Je relatie tot grenzen
- Gezonde grenzen creëren voor jezelf en je kinderen
- Bewust ja en nee leren hanteren
- Triggers
- Je kind als spiegel voor jezelf
- Verwachtingen & behoeften
- Onvoorwaardelijke acceptatie

Module 3: Mijn kind en ik

- Communicatiepatronen doorbreken m.b.v. transactionele analyse
- Communicatievalkuilen
- Empathisch communiceren
- De 5 liefdestalen voor kinderen
- Groeivragen
- Van opvoeden naar ondersteunen
- Creëer je eigen ouderschapsmanifest

Investering in jezelf, je kind(eren) en je gezin: Je kan kiezen uit 3 pakketten

Vroegboek pakket: €545 (incl. btw) omvat deelname aan de training + het boek 'The Conscious Parent' van Dr. Shefali Tsabary. Hiervan zijn slechts 10 plaatsen beschikbaar. First in, first served.

Standaard pakket: €545 (incl. btw) omvat deelname aan de training.

Koppel pakket: €990 (incl. btw) omvat deelname aan de training voor 2 personen + het boek 'The Conscious Parent' van Dr. Shefali Tsabary.

Warme lunch, dranken en snacks zijn inbegrepen in de training prijs van elk pakket, alsook een praktisch werkboek.

Wat is The Lighthouse?

The Lighthouse (www.the-lighthouse.be) is een holistisch platform gespecialiseerd in transformatie trainingen, persoonlijke ontwikkeling & coaching.

Wie is Nathalie Willems?

Nathalie Willems heeft inmiddels 18 jaar ervaring in persoonlijke ontwikkeling en transformatie. Ze volgde doorheen de jaren o.a. een NLP master opleiding, een yoga teacher training, een opleiding tot transformatieel trainer en coach en opleidingen in constellatiewerk en innerlijke kindwerk. In 2014 startte ze haar eigen onderneming gespecialiseerd in transformatie trainingen en coaching, dat in 2021 werd omgedoopt tot The Lighthouse. In 2019 creëerde ze Roots & Wings, een programma rond bewust ouderschap, gericht op zorgdragers, opvoeders en leerkrachten die meer bewust willen opvoeden.

Naast haar rol als trainer en creator in The Lighthouse, is Nathalie sinds begin 2022 een aantal uur per week werkzaam in Kindcentrum Straal, waar ze middels het vak Cultuurbeschouwing bewustwording mee geeft op kleine mensjes niveau.

Wil je graag meer weten?

Neem een kijkje op de website www.roots-wings.be of neem rechtstreeks contact met haar op info@roots-wings.be of +32 478 47 00 38.