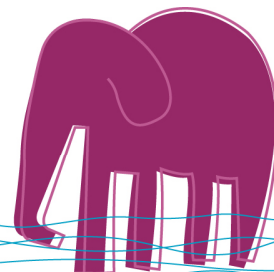


Ina van Steensel

Individuele coaching & therapie

Burg. Meineszplein 28A
3022 XC Rotterdam
06 25340653
coaching@inavansteensel.nl
www.inavansteensel.nl



De kracht van kwetsbaarheid

Welkom

Ik werk met de binnenwereld van de individuele mens.

Wat leeft daar, wat gebeurt daar?

Wat is het dat ervoor zorgt dat je steeds tegen hetzelfde thema aanloopt of eromheen?

Wat is het dat je zo boos, blij, bedroefd of bang maakt?

Welke lichaamsgevoelens spelen een rol?

Kracht is zo kwetsbaar als je de andere kant ervan in de schaduw laat.

Zo intens kwetsbaar als je je kracht uitsluitend inzet om je zwakke plekken te maskeren, je angst, je verdriet, je boosheid.

In veel gevallen laten mensen hun kracht zien om hun kwetsbaarheid eronder te houden.

Hoe kwetsbaar is dan je naar buiten getoonde kracht.

Je bent zo bang om in die zachte kant geraakt te worden en dat is nu precies waar je moet zijn!

Kracht is heel wankel zonder zijn tegenhanger, de kwetsbaarheid.

Als je je in je kwetsbaarheid net zo trots en zonder schaamte kunt tonen als in je kracht, kom je dichterbij je essentie, je kern. Kwetsbaarheid is ontroerend eerlijk. Kwetsbaarheid is ont-wapenend en als je ook je kwetsbare kracht kunt aannemen en accepteren, zul je daardoor een completer mens zijn, die zich wíl, kán en durft tonen zoals hij is.

Dat is de kracht van kwetsbaarheid.

Ik vergezel je een stukje op je weg.