



## Monique

### Persoonlijke begeleider

Mijn naam is Monique van der Hamsvoord. Momenteel ben ik aan het afstuderen als Psychomotorisch therapeut. Het mooie aan psychomotorische therapie vind ik dat je met behulp van bewegings- en lichaamsgericht werkvormen in de ervaring wordt gezet. Hierdoor kun je meer over jezelf te weten komen. Tijdens het bewegen laat iemand veel zien over wie hij is of wie hij wil zijn. Zeker in combinatie met het surfen kan er op deze manier bewustwording worden gecreëerd in gedrag en kan er stil worden gestaan bij gevoelens en gedachten. Ik help dan ook graag bij aan de ontdekking van eigen krachten en het leren omgaan met moeilijkheden. Het geeft mij veel voldoening om andere te helpen en kinderen te zien groeien door deze vorm van therapie. Spontaan, behulpzaam, geduldig, in je kracht zetten en zelfontdekking zijn kernwoorden die mij karakteriseren, in mijn werkwijze en wie ik ben als persoon. De combinatie van bewegen en water is voor mij dan ook geen onbekend begrip. Als klein meisje bond ik de ijzers onder mijn voeten om het bevroren water te trotseren. Omdat dit in de zomer niet ging ben ik het water gaan opzoeken in de vorm van zoveel mogelijk zwemdiploma's behalen en later het trotseren van de golven. Het gevoel om een te zijn met het water en mee te worden genomen door een golf geeft mij een ontzettend machtig en prettig gevoel. Dit gevoel wil ik dan ook graag delen!

