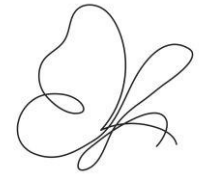


# Voor jou!

**Voor wie is deze cursus? Deze cursus is bedoeld voor elke vrouw met het verlangen te groeien als persoon én in relaties! De cursus is geschikt voor vrouwen van alle leeftijden, ongeacht in welke levensfase zij zich bevinden.**

Deze cursus beoogt juist ook die vrouwen te bereiken, die worstelen met gevoelens van minderwaardigheid en voor wie de stap naar hulpverlening groot is. Vandaar ook de mogelijkheid om op afstand deze cursus te volgen. Als jij tot één van die vrouwen behoort, dan hoop en vertrouw ik dat deze cursus je mag versterken in je identiteit. En je mag helpen om verdere stappen te zetten, zodat je écht mag gaan leven.

“Wortelen in liefde” is gebaseerd op Bijbelse én psychologische inzichten.



## Passend bij jouw situatie

De cursus is gemakkelijk te volgen vanuit je eigen huis! Je gaat persoonlijk aan de slag met vragen, waardoor je veel kunt ontdekken over jezelf. Na aanmelding ontvang je de complete cursus digitaal of per post thuis. Wanneer je een les hebt gemaakt stuur je deze in. Je krijgt de gemaakte les, inclusief een reactie daarop, terug. Hierna maak je een nieuwe les. De bedoeling is dat ik met je meeleeft, zodat ik je kan steunen en aanmoedigen in je groeiproces. Laat je verrassen door de veelzijdige insteek van deze cursus. En, groei stapje voor stapje uit tot een stabiele en standvastige vrouw! **Liever face to face gesprekken of deelnemen aan een vrouwen-groep? Ga voor meer info naar: [MirrorMe.nl](https://www.MirrorMe.nl)**

## Wortelen in liefde

Identiteitsversterkende cursus voor elke christenvrouw



### Neem gerust contact op

“Mirror Me” Maatschappelijk Werk  
Ede

[Info@MirrorMe.nl](mailto:Info@MirrorMe.nl)

[www.MirrorMe.nl](http://www.MirrorMe.nl)

### Thema's die in de cursus aan bod komen:

Les 1 Jouw voedingsbodem: “Vruchtbare grond”

Les 2 Jouw fundament: “Putten uit de goede bron”

Les 3 Jouw oorsprong: “Wortelen in liefde”

Les 4 Jouw vertrekpunt: “Vruchtbaar zijn”

Les 5 Jouw kracht: “Leven in afhankelijkheid”

Les 6 Jouw prioriteiten: “Ruimte door grenzen”

Les 7 Jouw vervulling: “Spiegel jezelf”

Les 8 Jouw perspectief: “Vertrouwen is loslaten”

Lees snel verder en kijk welke mogelijkheid het beste bij jou past!

#### **Cursus individueel: € 360**

8 Ontmoetingen. Een-op-een-begeleiding. 45 - 60 min. Inclusief papieren werkboek

#### **Cursus in groepsverband: € 120**

Min. 5 tot max. 8 vrouwen per keer. 8 bijeenkomsten van 2 uur in Ede. Inclusief papieren werkboek.

#### **Schriftelijke cursus (per post): € 99**

8 Lessen per post die je per les maakt en instuurt en waarop je persoonlijk feedback krijgt. Inclusief papieren werkbladen. *De kosten voor het insturen van de lessen zijn voor eigen rekening*

#### **Digitale cursus (per mail): € 75**

Inclusief digitaal werkboek. Insturen van de lessen gaat per mail en is dus kosteloos

**Cursusmateriaal** voor persoonlijk gebruik of voor gebruik in een vrouwenkring **€ 24,95**  
Zonder begeleiding van MirrorMe

Klik: [Boek: Wortelen in liefde - Geschreven door Tirza Rots-van Holsteijn \(boekenbestellen.nl\)](#)



Er volgt nu een voorproefje op de volledige cursus in de vorm van een mini les. Elke les bestaat uit: De lesinhoud, vragen ter verwerking van de stof, een QR code ter verrijking of verdieping en eventueel een bijlage.

## Basishouding





Het komt erop neer dat jij, als je eerlijk naar jezelf kijkt, kunt concluderen dat je in de meeste situaties reageert vanuit één van de hiernaast genoemde basishoudingen. Je accepteert jezelf of wél of niet. En je accepteert de ander of wél of niet. Dit is heel bepalend voor de manier waarop jij relaties aangaat en onderhoudt. Er zijn allerlei factoren waardoor een basishouding zich vormt: je opvoeding, je karakter, je levensgeschiedenis, de hoogte- en dieptepunten van je leven. Je capaciteiten en het al dan niet hebben van een steunend netwerk om je heen. Je kunt jezelf zien als waardevol of als waardeloos. Als meerderwaardig, minderwaardig of gelijkwaardig. Dit beïnvloedt jouw manier van omgaan met jezelf en anderen.



Introductiefilmpje



Wat is jouw basishouding (hulpeloos/helend/hopeloos/hooghartig)?  
Welke invloed heeft dit in je dagelijks leven?

		Jij bent aanvaard				
Ik ben afgewezen maakt passief	Hulpeloos		Ik ben afgewezen Jij bent aanvaard	Helend		Ik ben aanvaard maakt actief
	Minderwaardig			Gelijkwaardig		
Ik ben afgewezen maakt actief	Hopeloos		Ik ben afgewezen Jij bent afgewezen	Hooghartig		Ik ben aanvaard maakt actief
	Waardeloos			Meerderwaardig <sup>63</sup>		
		Jij bent afgewezen				

Welke concrete gebeurtenissen uit je leven zijn van invloed geweest op de vorming van jouw zelfbeeld en basishouding?

Je mag ontdekken hoe God, door Zijn Zoon, naar jou kijkt.

“Van de moederschoot af door Mij gedragen, door Mij gekoesterd vanaf de geboorte: Tot in je ouderdom blijf Ik dezelfde, tot in je grijsheid zal Ik je steunen. Wat Ik gedaan heb, zal Ik blijven doen, Ik zal je steunen en beschermen”. (Jes. 46:4)

**Jij wordt gekoesterd, gesteund én gedragen!**

