



Elke uitgave vertelt Lisette Tiggelaven over een onderwerp uit haar praktijk

Portretfoto: Francis Frimmet - Personal Branding Fotografie

Gezin in harmonie

'Een harmonieus gezin': wat is dat? Vaak heeft het te maken met een zekere balans. Balans tussen de mensen, maar zeker ook een gevoel van balans bij de gezinsleden individueel. Toch kan er van alles opspelen waardoor iemand uit zijn of haar evenwicht wordt gebracht. En dat kan vervelend zijn.

Reflexzonetherapeut Lisette Tiggelaven helpt mensen bij uiteenlopende fysieke en mentale klachten van volwassenen en kinderen. De klachten kunnen verschillen: 'Voor baby's gaat het vaak om huilen, niet slapen en darmklachten. Oudere kindjes komen vaak met darmklachten zoals obstipatie, onrust of andere vage klachten. En volwassenen hebben heel uiteenlopende dingen waar ze tegenaan lopen, waar ze hulp bij kunnen krijgen.'

Meer balans

'Tijdens de behandeling pak ik het lichamelijke stuk aan, maar ook is er aandacht voor het mentale deel. Op die manier ontstaat er meer balans. Net als bij volwassenen ga ik ook bij kinderen voor maatwerk en sluit ik aan bij wat ik in en aan de voeten voel en wat ik zie. Voor kinderen benoem ik de dingen alleen anders. Aan een volwassene kun je gemakkelijk vragen of ze spanningen in hun leven ervaren. Bij kinderen vraag ik naar de context, en vandaaruit wordt duidelijk waar ze mee zitten. Zo vraag ik of kinderen graag eten, wat ze bij mama krijgen en wat ze lekker vinden, om input te krijgen over hun voeding. Maar ook stel ik vragen over school en leefomgeving, want bepaalde klachten kunnen ook door spanning, intern of uit de omgeving, komen.'

Context van gezin

'Voordat ik conclusies trek, koppel ik ook altijd mijn bevindingen terug aan de ouders: kun je dit plaatsen? Dan kan ik de blik van de ouders en van het kind

meenemen in de behandeling. De context van het gezin speelt immers altijd mee. Wanneer je een bepaald probleem of klacht hebt, heeft dat invloed op het gezin en andersom. Tijdens een behandeling kijken we altijd naar die wisselwerking. Zo neem ik ook voeding en leefstijl mee, omdat dat veel impact kan hebben op hoe je je voelt.'

Ik voel me lekker!

'Zo behandelde ik eens een meisje dat erg schuchter en verlegen was. Al dagen had ze niet gepoept en slecht geslapen, en was ze druk en snel boos. Spelenderwijs stelde ik haar gerust. Ik vroeg of ik haar voetjes mocht aanraken, en dat mocht. Na de behandeling huppelde ze aan de hand van papa weg en riep: 'O, ik voel me lekker!' Thuis ging ze naar de wc, sliep ze beter en was ze minder boos. Dat is prachtig, want dat heeft invloed op het hele gezin.'

De context van het gezin speelt altijd mee

Wist je dat ...

... reflexologie altijd maatwerk is? Er is niet één standaard behandeling voor iedereen.

... reflexologie is gericht op het behandelen van zones op de voeten, waardoor ontspanning ontstaat in corresponderende organen?

Dat gun je iedereen!

Als reflexzonetherapeut helpt Lisette je graag gezonder, fitter en blijer te worden. Vanuit een holistisch perspectief kijkt Lisette naar lichaam, ziel én geest: 'Die werken altijd samen. Wanneer daarvan één verstoord is, raakt dat de ander. Daarom vind ik dat goed zorgen voor jezelf een totaal van voeding, leefstijl, bewegen, stressbeperking en mindset moet omvatten. Daar help ik je graag bij, want een gezonder, fitter en blijer leven gun ik iedereen, groot of klein!'

Reflexologiepraktijk Lisette

Lisette Tiggelaven
Trombonestraat 20
3822 CH Amersfoort
06-30894491

info@reflexologiepraktijklisette.nl
www.reflexologiepraktijklisette.nl