

Opvoeden vanuit het Hart

Margriet Schmitz-Darwinkel en Eva Hoffman



Over het boek

Je bent of wordt ouder van het mooiste wat er bestaat: jouw kind(eren). Dat de opvoeding bepalend is voor het latere leven van je kind – dat weet je - en daar heb je veel vragen over. Alles wat je kind nodig heeft om zichzelf te zijn en te blijven wil je ze leren. En daarbij ben je bereid ook zelf te leren op de grote ontdekkingreis die opvoeden heet. *Opvoeden vanuit het Hart* is dan voor jou het juiste boek.

Margriet en Eva helpen je op speelse wijze zelf antwoorden te vinden op jouw vragen. Ze inspireren je aan de hand van heldere tips en oefeningen om samen met je kind(eren) te leren en te groeien. Ze maken je bewust van wie je bent als ouder en hoe je opvoedt, en waarom.

Dit geeft je een compleet nieuwe dimensie aan het opvoeden van je kind: die van het Hart.

Geef jezelf en je gezin deze nieuwe dimensie in een wereld waarin het hoofd lijkt te regeren. Geef jezelf een Happy Family Life!

Over de auteurs

Het is Margriet haar passie om kinderen en volwassenen te laten leven vanuit hun eigen kern, kracht en essentie. Ze doet dit vanuit haar bedrijf Happy Family Life. Eva Hoffman schreef o.a. vele boeken over het ontwikkelen van emotionele intelligentie en het aanwakkeren van zelf-motivatie bij jonge mensen. Beide geven ze workshops voor leraren, kinderen en ouders en schreven dit boek dat je nu in handen hebt samen om ouders te laten ontdekken hoe fantastisch en rustgevend het is om je kind(eren) vol zelfvertrouwen op te voeden vanuit het Hart.

Ervaringen

‘Een boek met een opmerkelijke invalshoek. Opvoeden is hier tweerichtingsverkeer: je voedt je kind op, en tegelijk leer je veel over jezelf. Dit juich ik toe, want ik geloof dat dit effectiever is dan de topdown benadering die we nog veel om ons heen zien, én bovendien leuker!’

Marijke Sluiter

Hoofdredacteur van *Educare*

Opvoeden vanuit het hart is een prachtig en inspirerend boek dat precies de kern weergeeft van waar het in opvoeding om gaat.

Het is eigenlijk zo simpel dat je je niet kunt voorstellen dat het moeilijk is om toe te passen. Het draait allemaal om echte aandacht voor elkaar en goed zorgen voor jezelf en de ander. De oefeningen zijn makkelijk, overzichtelijk en inspirerend, wat voor het hele boek geldt. Niet zo'n lijvig werk waar je weer zo veel tijd voor moet uittrekken. In mijn praktijk raad ik ouders vaak aan om het aan te schaffen!

Wouthiera Crommelin

Praktijk Bloei voor ouders en kinderen, www.bloeithome.nl

‘Een verademing tussen alle reguliere opvoedingsboeken.’ De kracht zit hem in de inhoud, de manier waarop die gepresenteerd wordt (absoluut niet belerend) en zeker ook in de illustraties. Het boek geeft een goed gevoel, elke keer als ik het lees!

Brigitte Boers, Copywriter.

Extra ervaringen voor de binnenkant

Mijn ervaring met het werk van Margriet is het vermogen ontwikkelen de innerlijke kracht van het hart tot uitdrukking te brengen. Dit geef je als ouder over aan je kind, waardoor het zich herkent en erkend voelt om te leven vanuit zijn of haar eigen authentieke kracht. Vanuit deze(h)erkenning kan het kind opgroeien volgens zijn of haar waarachtige onaangetaste kracht van het zijn in gelijkwaardigheid met de ouders. Je schept daardoor een evenwichtig gezinsleven waarin krachten gelijk zijn. Het enige verschil dat altijd zal blijven, is dat het kind altijd in de ‘rol’ van het kind blijft en de ouders de ‘rol’ van ouders mogen blijven vervullen.

Yvonne van Houdt

Integraal therapeut

Opvoeden vanuit het hart heb ik op een zonnige zondagmiddag in de tuin in één middag uitgelezen. Het gezellige lettertype en de vlotte leesstijl gingen erin als koek. De verhalen zijn zo herkenbaar! De tips zijn door de eenvoud en de manier waarop jullie het hebben geschreven vaak meteen makkelijk toepasbaar in de dagelijkse praktijk van mijn gezin. Werkelijk luisteren naar je kind en je eigen gevoelens aan je kind laten zien geven zo veel voldoening, juist omdat zij nu hetzelfde naar mij toe doen.

Jullie boek pak ik er nog regelmatig eventjes bij. Zo fris ik mijn geheugen op, om zodoende de intensere manier van opvoeden dagelijks toe te passen. Het heeft mijn leven als moeder nog meer kleur en diepgang gegeven. Ontzettend bedankt voor de heldere schrijfstijl en bruikbare tips! Ik kijk uit naar jullie Organizer!

Bianca Bezemer, moeder van twee dochter van 5 en 3 en een zoon van 4.

DEELNEMERS WORKSHOP:

Stiekem hoopte ik een paar praktische oplossingen te krijgen voor de opvoeding van mijn kinderen, maar die kreeg ik niet. Wat ik wel kreeg, was veel waardevoller! Door de oefeningen in de workshop ben ik me (weer) bewust geworden van mijzelf, de relatie met mijn kinderen en de behoefte van mijn kinderen om zichzelf te zijn. Dankzij de prikkelende workshop zie ik mijn kinderen weer als drie eigen persoonsjes en niet meer als projecties van mijn eigen ideeën en wensen. Ik heb mijn hart voelen kloppen, diep naar binnen gekeken en daar antwoorden op mijn vragen gevonden. Ik weet weer dat ik 'het' goed doe.

Mijn les: zorg goed voor jezelf, kijk wat je echt wilt en belangrijk vindt en leef daarnaar. Dan komt het met de opvoeding van de kinderen ook goed.

Barbara Ponsteen GoForIQ

Moeder van drie dochters (1, 3 en 5 jaar), deelnemer workshop

Het is een dag van bewustwording, een dag van erkenning, een dag van het delen van elkaars onzekerheden en elkaars wijsheden. In de weken daarna ben ik me erg bewust geworden van alle vormen van gedrag en dat gedrag van je kind en/of van jezelf een keuze is. Je hebt altijd een keuze!

Kijk naar jezelf, kijk naar je kind, leer jezelf kennen en leer je kind kennen. Kijk terug, pak de spiegel en neem zo je momenten om te leren van de keuze(s) die je maakt en natuurlijk van de keuze(s) die je kind maakt. Neem daarvoor ook de tijd, praat erover en mijn ervaring is dat er alleen maar nieuwe inzichten bij komen. Dit is niet nieuw in mijn leven, maar ik ben me er nu veel meer van bewust!

Ik kijk terug op een heel leerzame mooie dag waarop ieder mocht zijn wie hij of zij is, waarop je mocht delen in respect, en dat geeft een heel warm geborgen gevoel. Bedankt daarvoor!

Eri van Abeelen

Deelnemer workshop

'Margriet heeft het vermogen om innerlijke kracht echt tot uitdrukking te laten komen. In je kind, maar vooral ook in jezelf.'

Yvonne van Houdt, Integraal Therapeut