

# Trek de wandelschoenen aan en stap in de reis van jouw leven Praktijk Rootz brengt je terug naar je kern

Als je niet goed in je vel zit. Als je het gevoel hebt dat je nergens blij van wordt. Als je niet begrijpt waarom je je niet kunt binden. Als onduidelijk is waarom het aangaan van sociale contacten je zo moeilijk afgaat. Als je stress ervaart, je je angstig of onzeker voelt, in een burn-out zit, hulp nodig hebt bij het verwerken van een verlies... kortom, als je iemand nodig hebt om je gedachten en gevoelens te verklaren en te ordenen, dan kan een coach of therapeut je helpen. Het aanbod is echter groot. Dus waarom kiezen voor psychosociaal therapeute Dorien van de Wouw van Praktijk Rootz in Weert?

Praktijk Rootz is uniek. Op de eerste plaats de ligging van de praktijkruimte. Bosgebied De Tun-gelerwallen is het decor van de verbouwde woon-boerderij annex praktijkruimte. De mooie tuin achter de praktijk verhoogt de rustgevende sfeer. Hier wordt de holistische gedachte zichtbaar. Dorien: "Alles is met elkaar verbonden. Niet alleen lichaam en geest, maar ook de mens en de wereld waarin hij leeft. De oorzaak van een klacht is soms een andere dan je in eerste instantie verwacht. Ik ben overtuigd van het zelf herstellend vermogen van de mens. Met coaching of therapie kan dat worden aangeboord, waardoor je weer in je kracht komt."

De cum laude afgestudeerde psychosociaal therapeute Dorien zelf staat volledig in haar kracht. Het enthousiasme voor haar werk staat op haar gezicht geschreven. Het is een genot om met haar het coachingsgesprek aan te gaan, in de aangename praktijkruimte of in de natuur.

## Wandelcoaching

Een van de therapievormen die Dorien hanteert is wandelend coachen: dit is het tweede unieke punt van Praktijk Rootz. Al tijdens haar werkverleden in de reisbranche ontdekte zij de helende werking van wandelen. Zodra het weer het toelaat, of de hulpvraag daarvoor geschikt is, trek-

ken Dorien en haar cliënt de wandelschoenen aan en gaat de rugzak op om een rondje te maken in het bos. De natuur dient als spiegel van de ziel. Lopend naast elkaar, zonder elkaar in de ogen te hoeven kijken, komen vaak de beste gesprekken tot stand. Dat heeft u ook vast weleens ervaren. Met de blik op oneindig krijgen gedachten de vrije loop en ontstaat er een betere flow. Dorien hanteert specifieke gesprekstechnieken en spelvormen om de cliënt op weg te helpen naar de kern van zijn of haar probleem of hulpvraag.

## Adoptietherapie

En zo komen we bij het derde unieke punt van Praktijk Rootz. In de beschrijving van deze praktijk prijkt een opvallende term: adoptietherapie. Deze vorm van therapie is bedoeld voor mensen die zijn geadopteerd en die persoonlijke barrières ondervinden in hun leven. Dorien van de Wouw staat als enige in Zuid-Nederland als begeleider ingeschreven bij FIOM (een organisatie die zich bezighoudt met afstammingsvraagstukken). Als ervaringsdeskundige kan zij gericht coachen en adviseren bij adoptievraagstukken. Haar persoonlijke verhaal begint zevenenveertig jaar geleden. Haar biologische moeder stond haar af aan de nonnen in Maastricht. Toen zij bijna zeven maanden oud was, werd ze geadopteerd door een Brabants echtpaar, ouders waar zij een hele fijne band mee heeft. Zij noemden de baby Dorien.

Dorien kijkt met warme gevoelens terug op haar kinderjaren. Toch voelde zij zich altijd anders dan anderen. Vragen als 'wie ben ik' en 'waar kom ik vandaan' bleven haar bezighouden. Het duurde nog tot haar dertigste levensjaar voordat Dorien de stap ondernam om haar biologische moeder te zoeken. Met hulp van FIOM lukte het haar. Ondanks dat er in het uiterlijk geen gelijkis te bespeuren viel en Dorien geen band voelde, bemerkte zij wel dat de ontmoeting met haar moeder een doorbraak betekende. Het zorgde ervoor dat zij nadien de thema's 'adoptie' en 'afstand' intenser kon doorleven, waardoor Dorien tot haar eigen kern (haar roots) kon komen.

Haar vader, een Australiër, heeft zij nooit ontmoet. Desondanks voelt zij diep van binnen een connectie met Australië. Niet voor niets bestaat het logo van haar Praktijk Rootz uit het typische stipwerk dat door de aboriginals wordt gebruikt. Een cilindrische vorm opgebouwd uit stippen en een suggestie van rond bewegende lijnen naar binnen staat symbool voor Dorien, voor Dorien's



werk en voor haar praktijk. "Om mensen te begeleiden naar hun kern, als het ware naar hun roots en met hen de reis aan te gaan om samen te zoeken naar inzichten, voelt voor mij fantastisch. Ik geef geen oplossingen, ik help je ernaar zoeken. Immers, alle antwoorden heb je al in je zelf."

Praktijk Rootz is aspirant-lid bij beroepsvereniging FAGT (Federatie voor Additief Geneeskundig Therapeuten).

Francis Bruickers



ROOTZ  
Leven vanuit je oorsprong

Praktijk Rootz  
Dorien van de Wouw  
Zoomweg 55, Weert  
www.praktijkrootz.nl info@praktijkrootz.nl

