

Ontdek de Kracht van Emotionele Intelligentie met



Wist je dat bijna alle problemen voortkomen uit het gevoel niet geliefd of niet toereikend genoeg te zijn?

En dit, terwijl we allemaal VOLWAARDIG geboren worden!

Ik ben Wilga Zibel: trainster, docent, auteur en oprichtster van de Colours of our Heart Academy & Foundation. Al ruim twintig jaar begeleid en ondersteun ik volwassenen en kinderen om te ontdekken hoe ze kunnen leven vanuit hun eigen waarden en talenten. Door mijn eigen ervaringen heb ik iets ontwikkeld dat ik als kind heel graag zelf had willen ontvangen. Daardoor ben ik genezen van anorexia, een ziekte die me gaandeweg in haar macht kreeg omdat ik liever niet in deze wereld van macht en oordelen wilde zijn.

Alles wat ik op mijn ontdekkingstocht tegenkwam, heb ik verder uitgewerkt. Het is mijn doel dat zoveel mogelijk kinderen deze sleutels in handen krijgen zodat ze beseffen dat ze waardevol zijn en dat ze er toe doen. Emoties hoeven geen worsteling te zijn, maar zijn juist de wegwijzers die je helpen navigeren naar een leven vanuit verbinding met je kern, vanuit wie je werkelijk bent.

Onze aanpak

Colours of our Heart Foundation

Vanuit deze stichting geven we kinderen via 'Het Spiegelboom Project' mogelijkheden om hun emotionele veerkracht te versterken.

Waarom de Spiegelboom?

We leren kinderen hun emoties begrijpen. De angst om emoties te voelen en te uiten, en niet te weten hoe we ermee moeten omgaan, zorgt voor heel wat mentale, psychische en gedragsproblemen. Zover hoeft het niet te komen als we onze kinderen leren dat emoties niet eng zijn. **Elke emotie heeft een oorzaak, een oorsprong en een verhaal.** Door kinderen te leren naar hun emoties te luisteren en er niet van weg te lopen, ontdekken ze wie ze zijn, wat hun behoeftes zijn en hoe ze voor zichzelf kunnen zorgen.

Play Your Colours

Play Your Colours is een bewustzijnsspel waarin je spelenderwijs ontdekt of je handelt vanuit je hoofd (angsten) of je hart (gevoel). Met 16 verschillende speelmogelijkheden ga je als avonturier op zoek naar jouw unieke schatten.

Samen bouwen we aan een toekomst vol liefde, kracht en zelfvertrouwen voor onze kinderen!

Vanuit mijn hart naar jouw hart,

Wilga Zibel



Gratis e-book >

Ben je nieuwsgierig naar Wilga's trajecten en wil je ook een bijdrage leveren aan een wereld waarin kinderen kunnen openbloeien en hun talenten kunnen inzetten? Vraag dan nu het gratis e-book aan:

coloursofourheart.com/ebook-emotionele-intelligentie

Meer info

coloursofourheart.com

