



HET MONGOOOLSE PAARD, HET MEISJE EN DE THERAPEUT

In 'Het Mongoolse paard, het meisje en de therapeut' geeft auteur, Hesther Selbeck, ons een inkijk in haar leven. Met haar vlotte schrijfstijl neemt ze je mee in haar zoektocht naar haarzelf. Het boek opent met een beschrijving van het begin van Hesthers carrière. De jonge Hesther werkt dan nog bij jeugdzorg. Het gaat haar voor de wind. Althans zo lijkt het. Hoewel ze als ambitieuze jeugdbeschermer aan het begin van haar carrière staat en een stabiele relatie heeft, heerst er toch een gevoel van leegte.

Als jonge vrouw start ze vol goede moed in de jeugdzorg, maar al snel stuit ze op een muur van bureaucratie. Hoe graag ze de gezinnen met wie ze in aanraking komt ook wil helpen, eenvoudig is het niet. Het dringt tot Hesther door dat ze in deze context de gezinnen niet echt kan helpen. Het moet anders én dringend. Ze schrijft zich in voor een opleiding tot systeemtherapeut.

Ook thuis voelt Hesther zich steeds minder begrepen. Zij en haar partner zetten na tien jaar een punt achter hun relatie. Wanneer ze samen in de keuken de spullen verdeelt, wordt Hesther overvallen door een visioen. Ze bevindt zich op een uitgestrekte steppe. Omringd door Mongoolse paarden wordt ze helemaal stil van het adembenemende uitzicht. Ze beseft dat Mongolië haar volgende bestem-

ming wordt, een land waar ze nog nooit is geweest.

Hesther neemt de regie over haar leven terug in eigen handen en de weidse vlakten van Mongolië worden haar doel. Ze rondt haar opleiding tot systeemtherapeut af en elke stap, elke beslissing die ze van dan af neemt, brengt haar dichterbij haar ware bestemming. Ze laat alles achter zich en vertrekt richting Mongolië, met haar intuïtie als kompas. Tijdens haar trektocht door het Aziatische land vindt ze niet alleen zichzelf terug, maar ontdekt ze tevens haar ware missie. Het contact met de paarden maakt een diepe indruk op haar. Haar reis betekent het startsein voor de ontwikkeling van CPT, oftewel: innovatieve Contextuele Paardentherapie, een therapievorm waarbij paarden centraal staan. Het is vaak het laatste redmiddel voor jongeren met complex psychiatrisch gedrag en hun gezin.





Het Mongoolse paard, het meisje en de therapeut

AUTEUR: Hesther Selbeck

ISBN: 9789038928302

PAGINA'S: 288

UITGEVER: Uitgeverij Elmar

PRIJS: €22.99

TE KOOP OP: www.uitgeverijelmar.nl



Hesthers verhaal is er een vol ingevingen, lef en ambitie, maar bovenal doorzettingsvermogen. We zijn getuige van haar innerlijke worstelingen. Toch laat Hesther zich niet uit het veld slaan en leert ze ons dat we altijd de regie van ons leven in eigen handen kunnen nemen. Hesthers schrijfstijl betreft de lezer vanaf het eerste woord in haar levensverhaal. Als een vriendin spreekt ze de lezer direct en humoristisch toe. Haar oprechtheid neemt je op sleeptouw en blijft boeien.

Het boek zal je ongetwijfeld inspireren. Niet alleen ontdekt Hesther haar opdracht in dit leven, ze helpt er ook nog eens jongeren en hun gezinnen mee. Ook vandaag begeleidt ze met haar innovatieve Contextuele Paardentherapie jonge mensen in Spanje.

Wie is Hesther Selbeck?

Hesther Selbeck (°1982) is sinds 2014 vrijvestigd systeemtherapeut in Nederland en in Catalonië. Ze is ontwikkelaar en leidinggevende van de Contextuele Paardentherapie (CPT) programma's, waarbij ze met haar team paardentherapie, het rijden van paardrijdtochten en systeemtherapie combineert. Hesther werkt met 'uitbehandelde' jongeren (en hun ouders) en volwassenen. Daarnaast geeft ze trainingen en lezingen (o.a. TEDxHaarlem) over CPT. Ook schrijft ze artikelen voor systeem- en psychologische tijdschriften.

