

Wek mijn Zachtheid weer

Geef mij terug de ogen van een kind

2 daagse cursus ter verdere oriëntatie van de waarde en kracht van
verzachting en oorspronkelijkheid
binnen jouw dagelijkse praktijk als haptotherapeut

Dinsdag en woensdag 4 en 5 april 2023

*Wek mijn zachtheid weer
Geef mij terug de ogen van een kind
Dat ik zie wat is
en me toevertrouw
en het licht niet haat
(tekst Huub Oosterhuis)*

Wat een verlangen van een ieder in zachtheid gekend te zijn en gekend te worden. Onze cliënten die hulp vragen bij ons als therapeut willen weer contact met hun innerlijke kracht en oorspronkelijkheid en in staat zijn om verwarringen, pijnlijke ervaringen die tussen het dagelijkse doen en laten en hun innerlijke kern staan, te doorbreken. Er zijn natuurlijk talloze manieren om de client weer tot 'leven / levendigheid te wekken', in de komende 2 dagen willen we daarbij de focus leggen op de wijze waarop verzachting en zachtheid daarbij een opening kan zijn.

Daarbij zullen we oefenvormen aanreiken die in het verlengde liggen van de zintuiglijkheid aan 'de buitenkant', echter we zullen met name ons in deze 2 dagen richten op de zintuiglijkheid 'vanuit de binnenkant'. De proprioceptie en de interoceptie. Door van binnen uit jezelf gewaar te zijn kun je leren onderscheiden waar en wanneer er blokkades optreden. Dit vaak ten kosten van je levendigheid en de vitaliteit.

De diaphragma en de nervus vagus, zullen als het ware de kapstok worden, van waaruit we deze innerlijke zintuiglijke zoektocht zullen ondertitelen. Ook zullen we de polyvagaaltheorie meenemen als theoretische verklaringsmodel.

*De diaphragma wordt zowel 'de angst spier' genoemd echter ook 'de spier van de ziel'.
Dus daar is van alles aan te onderzoeken en te beleven.*

Kortom, daar waar onze bezieling geblokkeerd wordt, wordt alertheid gewekt en die spanning slaat zich met name op in de diaphragma.
Waar veiligheid en geborgenheid iets vanzelfsprekend zijn, kun je volledig ontspannen en daar zijn waar je thuis bent.

De training die we jullie willen aanbieden zal een opening bieden om uit zachtheid en bewegelijkheid en de zelf helende kracht in de jezelf en de ander te wekken.

Deze 2 dagen worden weer ervaringsgericht en zal verzachting en oorspronkelijkheid in een nieuw perspectief plaatsen.

De training staat op zichzelf, echter kan ook gezien worden als een vervolg op eerdere trainingen die wij verzorgd hebben.

Thema's zoals het onderkennen van emoties, de zelfhelende kracht van seksualiteit en het integreren van hart en ziel en zaligheid binnen je vak als haptotherapeut, zullen binnen deze twee trainingsdagen ook weer de revue passeren.

Verder is van belang om te weten en je te realiseren dat het trainingsaanbod op een ervaringsgerichte, directe en soms onomwonden manier aangeboden zal worden, waarbij natuurlijk altijd compassie en 'in contact zijn en blijven' leidend zullen zijn en blijven.

Door je verder te verdiepen in Zachtheid en Oorspronkelijkheid, zul jij je naast nieuwe ervaringen ook nieuwe vaardigheden je eigen maken om dit concreter te kunnen vertalen naar jouw praktijk als haptotherapeut.

Vragen en thema's:

In de als van zelfsprekende zoektocht die deze dagen zullen worden, zullen we de volgende thema's letterlijk en figuurlijk aanraken:

- Verdere verkenning van de begrippen hapsis, proprioëpsis en interoëpsis;
- Hoe kom je van zachtheid naar oorspronkelijkheid?;
- Binnen het kader van zachtheid en verzachting onderscheiden van verschillende niveaus van bewustzijn bij de cliënt en van jezelf en hoe je daarbij als haptotherapeut de goede aansluiting vindt of hervindt;
- Zachtheid is je innerlijke veiligheid (her)vinden en toelaten en maakt ruimte voor het feitelijk spontaan ontladen van de pijn en verwarring die opgeslagen ligt in het lichaam. Door daarbij op de micromillimeter precies ruimte te geven aan deze oorspronkelijkheid van zijn en daarmee van ontladen, komt er innerlijke regie en stuurkracht.
- Door middel van hele praktische oefeningen en letterlijke handvatten zullen we je meer bewust maken van de spanning in deze 'spier van de ziel' en bieden concrete technieken om weer ontspanning en van daaruit weer zachtheid te (her)vinden.

Data en programma:

Dag 1: dinsdag 4 april 2023

Tijden:

9.30 uur ontvangst met koffie en thee met zinnenprikkelende lekkernijen.

10.00 uur aanvang programma; deel 1

13.00 uur: rijkelijk verzorgde lunch

14.00 uur: deel 2 programma

18.00 uur afronding van deze eerste dag; handreikingen ter overbrugging naar de volgende cursusdag.

Dag 2: woensdag 5 april 2023

Tijden:

9.30 uur ontvangst met koffie en thee met zinnenprikkelende lekkernijen.

10.00 uur aanvang programma; deel 1

13.00 uur: rijkelijk verzorgde lunch

14.00 uur: deel 2 programma

17.00 uur: concrete vertalingen van dat wat je ervaren en geleerd hebt, naar jouw dagelijkse praktijk van morgen.

18.00 uur: afronding en gelegenheid om nog wat na te praten met een sapje en verzorgde hapjes.

Locatie:

Centrum voor hulpverleners
Boerderij Landzicht Vreeland
Nigtevechtseweg 37
3633 XR Vreeland
Tel: 06-24915966
info@landzichtvreeland.nl
www.landzichtvreeland.nl

Trainers / supervisors:

Dieuwke Talma, haptotherapeute

Ik ben begonnen als psychiatisch verpleegkundige en maatschappelijk werkster.

Toen ik kennismakte met haptonomie was ik vooral getroffen door het thema „verbondenheid”.

Binnen mijn filosofiestudie had ik er veel over gelezen maar het werd pas echt duidelijk en tastbaar aan de hand van de haptonomische fenomenen als grenzen, ruimte en presentie.

Voor het eerst besepte ik dat we in wezen al verbonden zijn. Daarbij gaat het niet meer alleen om de vraag hoe we verbinding kunnen maken, maar vooral om hoe en waar je deze bent kwijtgeraakt?; Wat is je verhaal?; Hoe ben je geworden wie je bent? En: Ben je geworden wie je bent?

Deze vragen vormen de kern van waaruit ik werk en naar mensen kijk en luister

De laatste jaren ben ik me meer gaan verdiepen en scholen in het begeleiden en coachen van mensen met een leidinggevende functie in de zorg en in het bedrijfsleven.

Vaak zijn er klachten over stress en hoge werkdruk. De primaire verantwoordelijkheid ligt mijns inziens in het verzorgen van de eigen ontwikkeling. Als je meer werkt vanuit passie, plezier en betrokkenheid, werkt dat door naar de mensen die je moet aansturen.

Hoe behoed en behoud je passie en plezier?

Hoe kun je meer van binnenuit leven en werken?

Hoe stem je af en hoe luister je naar de mensen in je omgeving, zonder je innerlijke stem het zwijgen op te leggen?

Door niet alleen te werken vanuit opgelegde doelen en protocollen maar ook vanuit bezieling en bezinning kom je dicht bij je eigen kracht en kwetsbaarheid

Dieuwke heeft haar eigen haptotherapie-praktijk en is al vele jaren docent op de Academie voor Haptonomie.

Noud-Lodewijk van Poppel, psychiater

Noud-Lodewijk van Poppel (1961) is psychiater, groeps- gezins- en relatie (psycho-)therapeut. Parallel aan deze opleidingen volgde hij de Alfa-opleiding op de Academie voor Haptonomie.

“Vanuit mijn eigen ggz instelling gevestigd op Boerderij Landzicht Vreeland, begeleid ik hulpverleners, die zelf een hulpvraag hebben. Vanuit mijn diepste inspiratie en bezieling en eigen ervaringen, steun ik mensen om met al hun talenten en beperkingen zo goed mogelijk tot hun recht te komen. De uitnodiging daartoe is liefdevol, speels en tevens direct. Daarmee bied ik een veilige ruimte waar het mogelijk is om in contact met jezelf en met anderen en binnen de context van werk en privé te (her-)ontdekken wie je in je essentie bent. Compassie, niet oordelen, vrije ruimte van het niet weten, plezier en geloof dat dromen bewaarheid kunnen worden, zijn daarbij mijn leidende principes.”

Noud-Lodewijk gaf jaren les op de Academie voor Haptonomie in Doorn. Hij leverde daar een bijdrage binnen het curriculum van de B-opleiding rondom het thema psychopathologie en de verschillende dimensies van de grote emoties: Blij, Bang, Boos, Bedroefd en Beschaamd.

Zijn manier van werken is ervaringsgericht en hij grijpt daarbij altijd terug op wat er werkelijk waar te nemen is en daar mee onomstotelijk waar is.

Deelnemers:

Om voldoende veiligheid en de ruimte te bieden aan de deelnemers en om zowel de thematiek van vrouwelijkheid en mannelijkheid ruimte te geven is het maximale aantal deelnemers 18.

We streven er daarbij na om een goede bals te vinden tussen vrouwelijke en mannelijke deelnemers.

Werkvormen:

Theoretisch kader over bieden over presentie en tastzin binnen een therapeutische context. Er zal ruimte zijn voor eigen inbreng, casuïstiek en voor het oefenen met nieuwe vaardigheden.

Verder maken we gebruik van concrete werkvormen die direct toepasbaar zijn binnen de dagelijkse praktijk van de haptotherapeut. Daarbij kan er 'aan de bank' gewerkt worden.

Toelatingscriteria:

Bereidheid om een intensief zelfonderzoek aan te gaan in de veiligheid van 2 ervaren supervisors/ docenten / ervaringsdeskundigen en binnen de veiligheid van een groep ervaren medecollega's.

Resultaat:

- Concrete handreikingen bij het verkennen en versterken van Zachtheid en Oorspronkelijkheid bij je jezelf en je cliënten.
- Vergroten en versterken van je bewustzijn over hoe Zachtheid en Oorspronkelijkheid een onmisbare schakel zijn binnen een professioneel en vitaal hulpverlenerschap;
- Zachtheid en Oorspronkelijkheid kunnen inzetten als vertrekpunt bij haptotherapeutische interventies;
- Zachtheid en Oorspronkelijkheid gaan ervaren en kunnen inzetten als dragende krachtbron tijdens met name ingewikkelde sessies;
- Van daaruit met nog meer plezier en gemak je werk als haptotherapeut voortzetten.

Jouw investering:

De kosten voor deze 2 dagen bestaande uit een ervaringsgerichte training / workshop, koffie en thee, 2 x rijke lunch en 1 x verzorgde napraat, zijn € 475,-.

Inschrijven:

Je kunt je wens om deel te nemen kenbaar maken via secretariaat@landzichtvreeland.nl.

Je krijgt dan een inschrijffomulier toegezonden.

Na betaling van de kosten, is je inschrijving definitief.

Annulering:

U kunt alleen schriftelijk de training 'wek mijn zachtheid weer' annuleren.

Hiervoor hanteren wij de volgende annuleringsvoorwaarden:

1. Tot een maand voor aanvang van de training kunt u zonder kosten annuleren.
2. Bij annulering tussen een maand en 14 dagen voor de aanvangsdatum zijn de kosten 50% van het oorspronkelijke bedrag.
3. Wanneer u binnen 14 dagen voor de training annuleert, bent u het volledige deelnemersbedrag verschuldigd.

Accreditatie:

Accreditatie bij VVH is aangevraagd in de categorie Haptotherapeutische Deskundigheidsbevordering. Bij vorige trainingen zijn er 21 punten toegewezen.

Aanbevolen literatuur:

- Anna Blokhuis en Dieuwke Talma; *Draagkracht en Veerkracht in de zorg*
- Luc Swinnen. *Activeer je Nervus Vagus*
- Deb Dana; *Verankerd in veiligheid*
- David Bercei; *TRE Trauma-en spanningsreducerende oefeningen*
- Dieuwke Talma; *Het lichaam als verhaal*; Hoofdstuk 3: 'Het waarnemende lichaam'
- Drs.T.A.C.M.Gerriste; *Over kleine dingen. Een inleiding in de haptonomie*; Hoofdstuk 5 Over het tasten.