

Infosheet Jaartraining Lichaamswerk voor professionals



In je werk als coach, trainer of HR-manager loop je in het begeleiden van cliënten of teamleden misschien regelmatig aan tegen de beperkingen van de cognitieve en gedragsgestuurde interventies die je toepast. Bepaalde vormen van gedrag blijken niet zo eenvoudig bij te sturen. Dit kan worden veroorzaakt door emotionele blokkades die zich intern en vaak onbewust in de cliënt manifesteren.

Zicht op de fysieke kenmerken van je cliënt en hierop afgestemde lichaamsgerichte interventies, geven jou als begeleider nieuwe mogelijkheden om effectiever met je cliënten te werken. Door oog te krijgen voor de lichaamstaal kun je deze leren verstaan en gebruiken als ingang tot communicatie op een dieper, vaak voor de cliënt meer onbewust niveau.

De Jaartraining voor Professionals leert je werken met deze dieper gelegen dynamiek van je cliënten. In de training maak je kennis met verschillende karakterstijlen. Elk van deze karakterstijlen heeft zijn eigen, specifieke stagnaties en belemmeringen, die via lichamelijke signalen kunnen worden waargenomen. Dit stelsel vormt in zijn geheel een diagnostisch kader, waar je in de coachpraktijk uitstekend mee kunt werken. Daarnaast krijg je zicht op je eigen karakterpatronen, waardoor je bewuster van je eigen onbewuste patronen wordt en 'schoner' kan werken.

De jaartraining wordt gegeven door de docenten van Bodymind Opleidingen, die ook de 4-jarige beroepsopleiding lichaamsgerichte psychotherapie verzorgen. In deze jaartraining maken deze de kennis over lichaamsgericht werken toegankelijk voor professionals in het veld zoals hulpverleners, coaches, trainers, hr-managers, pz-functionarissen en leerkrachten. De jaartraining is een traject van 5 modules van elk 3 dagen.

Uitgangspunten

Er wordt gewerkt met de karakterstijlen en de Energetic Cycle of Breath, zoals deze ontwikkeld is door Jack Painter. Deze benadering staat ook centraal binnen onze 4-jarige beroepsopleiding. Binnen de Energetic Cycle wordt alles gezien als een golfbeweging, waarin onze energie zich opbouwt, haar piek bereikt en zich afbouwt. Dit is de natuurlijke golfbeweging van het leven, die steeds weer terugkomt, ook in het werk met onze klanten. Jack Painter heeft daarin een aantal stappen beschreven, die overeenkomen met de volgende ontwikkelingsfasen:

- Veiligheid en vertrouwen
- Voeding en warmte
- Verkenning en autonomie
- Vrijheid en expressie
- Vitaliteit en plezier

In een gezonde situatie wordt iedere keer opnieuw deze cyclus doorlopen, zowel in het inter- als in het intrapsychische proces. Bij veel mensen is er echter al vroeg een stagnatie ontstaan op een of enkele van deze fasen. In die stagnatie vormen zich de 5 karakterstijlen, zoals ze in het lichaamsgericht werken beschreven zijn door Alexander Lowen. Deze karakterstijlen zijn vervolgens terug te vinden in lichaamsbouw, houding, beweging, ademhaling, taalgebruik en denkpatronen. Al gevolg van deze diep ingeslepen gedrag-, gedachten- en/of gevoelspatronen kan de (relatie met de) klant tijdelijk of blijvend gestagneerd raken. Hier oog voor hebben en interventies op toe kunnen passen geeft je nieuwe handvaten om het proces van de klant weer in beweging te brengen.

Werkwijze

We werken in 5 modules van 3 dagen waarin we verschillende invalshoeken hanteren. In de eerste

module maak je kennis met het diagnostisch kader en leer je de karakterstijlen herkennen, zowel de fysieke, als de emotionele en mentale aspecten. Daarmee krijgen we zicht op de specifieke stagnaties binnen iedere karakterstijl. In de daaropvolgende 3 blokken gaan we nog preciezer kijken en leren we vanuit verschillende lichaamsgerichte methodieken, namelijk ademwerk, bio-energetica en lichaamsgerichte communicatie, interventies toe te passen om te kunnen werken met deze stagnatie. In het laatste blok onderzoeken we hoe de karakterologische stagnaties een rol kunnen spelen in de werkrelatie, met andere woorden de manier waarop jouw karakterologische stagnatie mogelijk een rol speelt in de karakterologische stagnatie van de klant.

Opbouw

In iedere module komen de volgende elementen terug:

- Theorie wordt afgewisseld met oefeningen, korte demonstraties en uitwisselingen. In de uitwisselingen werken we regelmatig in de rollen begeleider, klant, observator.
- Er is ruimte voor het inbrengen van eigen casuïstiek.

Je vormt intervisiegroepen, die tussen de blokken door bij elkaar komen om uit te wisselen en het geleerde te oefenen.

Accreditatie

De Jaartraining is door de NOBCO geaccrediteerd. Er zijn 30 PE punten aan de training toegekend (kenmerk 12131-BO-393). Ook NIP-LWP heeft de bijscholing geaccrediteerd. Hier zijn de volgende punten toegekend: Interventievaardigheden: 46, Algemene kennis en vaardigheden: 52, Diagnostiek en indicatiestelling: 7

Praktisch

Doelgroep: Professionals die met mensen werken zoals hulpverleners, coaches, trainers, hr managers en pz functionarissen.

Studieduur: 15 dagen in 5 blokken van 3 dagen

Locatie: Centrum Djoj, Rotterdam.

Kosten: €2250 incl. koffie, thee en lunch

Data: [Zie de actuele data op de website.](#)

Trainer: Henne Arnolt Verschuren, Marjolijne van Buren-Molenaar, Margaret Harten, Yvette Hooites Meursing

Contact: Tel: 010-4667625, E-mail info@bodymindopleidingen.nl, Internet: www.bodymindopleidingen.nl