

# Infosheet Basistraining Sexual Grounding Therapy



Sexual Grounding Therapy® (SGT) is een innovatieve richting binnen de lichaamsgeoriënteerde psychotherapie die een wezenlijke aanvulling vormt op andere gangbare therapeutische methoden. Sexual Grounding® werd in het begin van de jaren negentig ontwikkeld door de Nederlandse psycholoog en lichaamsgericht therapeut Willem Poppeliers. In zijn eigen opleiding ervoer hij dat het thema seksualiteit totaal vermeden of alleen theoretisch behandeld werd. Van daaruit ontwikkelde hij een methode die op een gefundeerde theorie van acht rijpingsstadia binnen de seksuele ontwikkeling gebaseerd is. Het gedachtegoed van de SGT wordt beheerd door de Foundation for Sexual Grounding Therapy® (FSGT).

Sexual Grounding® is een zeer effectieve vorm van zelfontwikkeling, die op een heldere, directe en zuivere manier ingaat op seksualiteit en relaties.

SGT volgt Freud in diens opvatting dat seksualiteit onze primaire levensenergie vormt, maar gaat verder door in kaart te brengen hoe seksualiteit zich ontwikkelt van de geboorte tot aan de dood en wat de voorwaarden zijn voor een gezonde ontwikkeling. Deelnemers rapporteren dat de SGT-trainingen een duurzame ondersteuning bieden voor elementaire levensthema's, zoals de verbinding met de oorspronkelijke levendigheid, het herstellen van de seksuele stroom tussen hart en geslacht, het vermogen tot duurzame relaties en de seksuele opvoeding van kinderen.

Voor nu al werkzame therapeuten heeft het als extra effect dat je als therapeut meer geaard in je werk kan staan wanneer thema's rondom seksualiteit en relaties aan de orde komen.

## Inhoud van de training

Sexual Grounding® geeft de deelnemers de mogelijkheid om niet afgeronde ontwikkelingsstappen binnen de seksuele ontwikkeling te herkennen en in te halen, maar ook om zich voor te bereiden op komende ontwikkelingsfasen. Een belangrijk onderdeel van de training is het erkennen en verbinden van vader en moeder als onze bronnen. Daardoor kunnen we onze innerlijke mannelijke en vrouwelijke energieën in harmonie brengen en de kwaliteiten van onze voorouders voluit benutten.

In de oefeningen en opstellingen beleven de meeste deelnemers voor het eerst een ondersteunende seksuele spiegeling bij de ontwikkeling van meisje tot vrouw en van jongen tot man. Ook het werken met generatielijnen leidt tot gronding van de persoonlijkheid en het brengt tevens een spirituele dimensie in het werk.

## Praktisch

**Doelgroep:** mensen die een diepgaande ontwikkeling willen doormaken op het gebied van seksualiteit en relaties.

**Studieduur:** 24 dagen verdeeld over zes blokken.

**Locatie:** Centrum De Horst, Meddo (nabij Winterswijk).

**Kosten:** € 2950. Hierbij komen nog de kosten van het verblijf (plm. € 50 per dag) en de kosten van leertherapie (plm. € 80 per sessie).

**Trainer:** Maya Kerstan. Assistent: Pieter Ruigewaard.

**Zie voor data de website.**