



Harten

Ontwikkeling door Lichaamsgerichte Training & Therapie

Traject cursus leven in je lijf voor lichaamsgericht trainers en therapeuten

Voor wie?

Veel lichaamsgerichte trainers en therapeuten willen hun individuele werk uitbreiden met het geven van cursussen of trainingen. Dit traject wil voorzien in de behoefte van veel (beginnend) therapeuten aan een basis en kader van waaruit je je kwaliteiten verder kunt ontwikkelen. Doordat je een vast cursusprogramma krijgt, waarvan de inhoud en opbouw getoetst zijn, kun je je helemaal wijden aan de ontwikkeling van jou als trainer en therapeut en het begeleiden van (groeps)processen.

Daarnaast verbind je je aan het netwerk Leven in je Lijf welk inspireert, support geeft in praktische zaken en waarbinnen we samen zoeken naar verbinding en nieuwe mogelijkheden.

Toelating

Je kunt het nascholingstraject starten als:

- je 4 jaar van een lichaamsgerichte therapie opleiding hebt afgerond waarbinnen voldoende aandacht is besteed aan bio-energetica en (rechiaans) ademwerk (of een 4 jarige opleiding in de lichaamsgerichte therapie en de cursus leven in je lijf te hebben gevolgd als deelnemer)
- en je zelfstandig werkt met cliënten.

Opbouw cursus leven in je lijf

De cursus leven in je lijf is een standaard basiscursus Lichaamswerk en bedoelt voor mensen met een groei vraag in het gebied van persoonlijke ontwikkeling. Ze omvat 10 dagdelen van 2 ¾ uur.

Doelen van deze cursus zijn:

deelnemers zich (meer) bewust te laten worden van hun lichaam, leren de lichaamssignalen te verstaan en daarnaar te handelen, en de natuurlijke levendigheid van het lichaam te wekken.

In de cursus worden de volgende *thema's* aangeraakt: veiligheid en vertrouwen, geven en ontvangen, nabijheid, vrijheid, expressie. De cursus is opgebouwd met als leidraad de segmenten zoals Reich die heeft verwoord. Er wordt gewerkt met: adem, contact, beweging en expressie. We maken gebruik van de methodes: bio-energetica en (rechiaans) ademwerk.

Het traject bestaat uit:

- * assisteren van de cursus leven in je lijf (zie www.netwerkleveninlijf.nl)***1**
- * volgen van 3 trainingsdagen in totaal 7 dagdelen. Je kunt pas deelnemen aan deze training als je al begonnen bent met assisteren of al geassisteerd hebt. Daarmee worden de trainingsdagen effectiever en kun je direct daarna de cursus zelf gaan geven.
- * met een collega die hetzelfde traject volgt 2 x de cursus gezamenlijk geven onder supervisie.
- * tijdens het geven van de cursussen komen jij en je collega totaal 3 x voor een supervisiesessie, waarbij we knelpunten en vragen onderzoeken/ en oefenen. Deze supervisiesessies zijn waar mogelijk ervaringsgericht. De tijden kunnen geclusterd worden met een ander 2-tal waardoor meer tijd is voor verdieping.
- * gedurende het jaar na het trainingsweekend volg je nog 2 x een nascholingsdag waar de thema's groepsdynamica en het begeleiden van assistenten aan de orde komt.

De trainingsdagen:

Tijdens de trainingsdagen krijg je alle structuren zoals ze in de cursus beschreven staan aangeboden op niveau van cursist en op het niveau van trainer. Je oefent in het begeleiden van structuren aan een groep. Daarnaast wordt aandacht besteed aan het achterliggende theoretisch kader en groepsdynamische processen.

Certificaat:

Je krijgt een certificaat als je het traject met goed gevolg hebt afgesloten.

Dit opleidingstraject leidt toe tot het Netwerk Leven in je Lijf:

De trainers "Leven in je Lijf" ontmoeten elkaar tijdens netwerkdagen. Enerzijds om uit te wisselen en elkaar te inspireren. Anderzijds ook om de praktische kant van de cursus en de praktijk zo eenvoudig mogelijk te laten zijn: zo zijn uit de samenwerking in het netwerk een website, een huiswerkcd, een folder en krantenartikelen geboren die voor een ieder aangesloten en actieve trainer beschikbaar zijn evenals de cursusgerelateerde formulieren. Zie ook: www.leveninjelijf.nl

Daarnaast organiseren we nu en dan een gezamenlijke nascholingsdag.

De kosten voor het netwerk bedragen € 80,- per jaar ex btw. Daarvan worden o.a. de kosten van pr en netwerkdagen betaald.

De bijdrage voor de pr materialen en aansluiting bij de website is eenmalig € 100,- ex. btw. bij instap in het netwerk.

Praktische gegevens:

Data trainerstraining:

Nader te plannen, zodra er voldoende deelnemers zijn die de cursus aan het assisteren zijn in de rol van train de trainer.

Data nascholingsdagen:

Nader te plannen in overleg met trainingsgroep.

Kosten:

- intake
- 3 trainingsdagen (7 dagdelen)
- cursusmap en bijbehorende muziek
- 3 supervisie sessies van 45 minuten p.p.
- 2 nascholingsdagen

Totaal: € 1450,-

Aanmelden

Vraag per mail of telefoon een aanmeldingsformulier aan. Aan de hand van het ingevulde aanmeldingsformulier volgt een kennismakingsgesprek met Dick Zoutendijk en Margaret Harten waarbij we wederzijdse verwachtingen bespreken en onderzoeken of het traject "Leven in je Lijf" voor jou passend is.

Vervolgens maak je € 500,- over op gironummer: 9205358, t.n.v. M. Harten, Rotterdam.

Het restant maak je over in de week voor de trainerstraining. (er is een mogelijkheid tot gespreide betaling)
Vermeld de naam en datum van betreffende workshop(s) of cursus!

Contact

Informatie of aanmelden?

Margaret Harten

Telefoon: 06 45292994

E-mail: leven-in-je-lijf@chello.nl

***1)** Wanneer je belangstelling hebt voor dit traject maar (ver) buiten de regio's van de nu werkzame trainers woont is het soms mogelijk met één van de ervaren trainers de cursus in jouw buurt te geven in bv 5 hele dagen. Jij organiseert een groep en ruimte en huurt betreffende trainer in.