



## Therapeutische vorming door Adembewustwording

De kern van deze training is om te leren als therapeut minder te willen van je cliënt. De cliënt zal hierdoor meer in zijn of haar waarde worden gelaten en meer uitgenodigd de impact/de waarde/ het waarom van het 'ziek zijn' te ervaren. Dit laatste is immers de essentie van alternatief behandelen.

De therapeutische waarde van 'dat ook maar een beetje meer te kunnen' dan je al kan is mijns inziens heel groot.

Aan de ontwikkeling op dit vlak is geen eind. Vaak wordt de vraag gesteld wat er precies geleerd wordt in deze twee dagen en wat je er mee kan. Dat valt niet te zeggen, omdat dat in grote mate afhangt van waar je bent in deze ontwikkeling. In verreweg de meeste gevallen is het in ieder geval iets (= dus veel).

Zelf denk ik dat iedere therapeut een dergelijke training als deze met een zekere regelmaat zou moeten doen om optimaal bij zichzelf te blijven en niet te veel op te gaan in het willen helpen van zijn cliënten.

Dezelfde training zal dan ook regelmatig aangeboden worden, maar zal steeds zo anders zijn/ervaren worden, dat er weer nieuwe dingen geleerd kunnen worden. Het zal duidelijk zijn dat iets van een ander, in dit geval je cliënt, willen direct gerelateerd is aan hoeveel je van jezelf moet. Dat laatste gaan we onderzoeken. Ik gebruik daar adembewustwording als middel voor zoals de Adem- en ontspanningstherapie methode van Dixhoorn dat doet. Dat betekent veel oefeningen/lichaamswerk, alleen en in tweetallen met elkaar.

Als deelnemers de behoefte hebben ervaringen te delen in de groep is daar gelegenheid voor, maar ieder is vrij dat wel of niet te doen.

Daarnaast zullen we een enkele korte reflexzone-behandeling geven aan elkaar om direct te ervaren hoe dat werken is na intensief met jezelf bezig te zijn geweest.

Mijn ervaring is dat het belangrijk is voor de effectiviteit van de training er tegelijk helemaal uit te zijn. Vandaar dat ik kies voor een onderkomen waar we geheel verzorgd worden wat het voedsel betreft en kunnen overnachten.

De lestijden zijn van 10.00 tot 22.00 met voldoende pauze om bij te komen en lekker te eten op de eerste dag en van 10.00 tot 17.00 op de tweede.

De VNRT heeft 15 B en 5 A punten toegekend aan deze training