

Krachtraining voor Mentale Spierballen

Deze training gaat over het opnieuw trainen van ons denken, over het vinden van onze oordelen en over het kiezen verantwoordelijk te zijn voor je eigen geluk. Deze training laat je ervaren dat het helpend kan zijn te kiezen voor andere gedachten.

Er wordt geleerd om op zoek te gaan naar gedachten waarmee je jezelf (en de patiënt) minder maakt dan ze zijn. Vervolgens leren jullie bereidheid om jezelf los te maken van deze oordelen terwijl je jezelf leert accepteren: menselijk, niet perfect en een geheel (en dat is dan eigenlijk toch perfect). De training maakt gebruik van diverse oefeningen en herhaling, zodat de mentale spierballen geactiveerd worden.

In de training wordt gebruik gemaakt van 12 oeroude principes die in diverse culturen bekend zijn. We onderzoeken hoe we deze principes in de praktijk kunnen toepassen. Op deze manier leer je diepere wijsheden in jezelf en bij de patiënt aan te boren. Na deze training ben je in staat jouw patiënt te leren verantwoordelijk te zijn voor zijn of haar eigen geluk door anders te denken over eigen oordelen en oordelen naar een ander.

Na de training:

- Heb je geleerd het contact met jezelf te behouden in contact met een ander
- Neem je scherper waar wat de essentie is binnen interactie processen
- Kun je meer aanwezig blijven zonder energie te verliezen
- Kun je veranderingsprocessen ook ondersteunen op een non-verbale manier
- Heb je een innerlijk ontwikkelingsproces doorgemaakt en voel je meer verbinding met anderen en je omgeving

Wanneer	: dinsdag 1 april 2025
Tijd	: van 09:00 tot 16.30 uur (lunch om 12:30u)
Locatie	: Rimbürgerweg 44, 6445 PA te Brunssum (Triade 44)
Docenten	: Lili Jung (POH-GGZ, psycholoog) en Veronique van Proemeren (Teamleider Herstelzorg Heuvelland)
Deelnemers	: maximaal 25 deelnemers
Aanmelden	: info@dewijkpraktijk.nl
Kosten	: € 175,- excl. BTW
Overig	: er is een ruime keuze aan consumpties en om 12:30 uur wordt er een uitgebreide lunch verzorgd