

Methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden

Intensieve tweedaagse methodiektraining voor coaches, trainers, managers, opleiders en teamcoaches



Ben je op zoek naar verdiepende werkvormen, praktische handvatten en persoonlijke groei als coach, trainer, manager, opleider of teamcoach? Ben je nieuwsgierig hoe Gestalt en Lichaamsgericht werken kunnen bijdragen aan je impact als coach, trainer, manager of teamcoach?

In deze tweedaagse methodiektraining leer je hoe je met Gestalt en Lichaamsgericht werken snel tot de kern van een ontwikkelingsvraag kunt doordringen en oefen je met een aantal krachtige werkvormen vanuit de Gestaltprincipes en het Lichaamsgericht werken. Je doorleeft enerzijds de intensiteit van Gestalt en Lichaamswerk in je eigen ontwikkeling als coach, trainer, manager of teamcoach, en vergroot anderzijds je competentieniveau om anderen te begeleiden vanuit Gestalt en Lichaamswerk.

Gestalt en lichaamswerk

Gestalt en Lichaamsgericht werken zijn uiterst krachtige methodieken die in deze tijd – ons inziens onterecht – wat uit beeld zijn geraakt. Gestaltmethodisch en Lichaamsgericht begeleiden bieden een gegarandeerde snelle weg naar de kern van iemands ontwikkelingsvraag door

- De voortdurende oefening in waarnemen en gewaarzijn
- Het gebruik van de confronterende signalen van het lichaam dat nooit liegt
- De focus op wezenlijke thema's als contact met jezelf en contact met anderen

Voor wie?

Deze methodiektraining is bedoeld voor coaches, trainers, managers, opleiders en teamcoaches die

- Hun huidige methodieken willen uitbreiden en verdiepen met de basisprincipes van Gestalt en Lichaamsgericht werken
- Gestalt en Lichaamsgericht werken willen gebruiken voor hun persoonlijke ontwikkeling binnen hun professie

Resultaat

Na het volgen van de methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden

- Heb je inzicht in de basisprincipes van Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden
- Kun je een aantal krachtige werkvormen uit Gestalt en Lichaamsgericht werken toepassen in je eigen werkpraktijk als coach, trainer, manager, opleider of teamcoach
- Ben je persoonlijk gegroeid in je professie doordat je eigen overdrachtthematiek als coach, trainer, manager of teamcoach hebt onderzocht met behulp van Gestalt en Lichaamsgericht werken.

Inhoud

Tijdens deze tweedaagse methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden komen de volgende thema's aan de orde:

- Lichaamsbewustzijn en gewaarzijn
- Werken in het hier-en-nu
- Herkennen van overlevingspatronen op de contactgrens
- Werken met projectie, overdracht en (tegen)overdracht
- Chakra's als kader voor lichaamgericht begeleiden
- Fysiek werken aan empowerment, gronding en zelfvertrouwen
- Omgaan met afstand en nabijheid

Aanpak

Reflectieopdracht en literatuurstudie

Voorafgaand aan de methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden ontvang je een reflectieopdracht en lees je een aantal hoofdstukken uit: 'Gestalt in supervisie' van R. Wolbrink.

Werkwijze tijdens de training

Tijdens de trainingdagen pas je de inzichten uit de literatuur praktisch toe in diverse opdrachten en oefeningen. Je oefent diverse keren als coach, trainer, manager, opleider of teamcoach, en krijgt feedback op je sterke kanten en ontwikkelpunten.

Door eigen belemmeringen en valkuilen in te brengen tijdens de oefensituaties van anderen werk je tevens diepgaand aan je eigen persoonlijke ontwikkeling als professional.

Praktische informatie

Tijdsduur

De methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden bestaat uit twee dagen, waarop we werken van 9.15 tot 17.00 uur. De data vind je in het datumoverzicht.

Aanmelding

Je kunt je aanmelden door middel van een aanmeldingsformulier. Dit formulier kun je aanvragen bij het secretariaat. Na aanmelding ontvang je een intakeformulier waarop je onder anderen je persoonlijke en professionele leerdoelen aangeeft.

Kosten

De kosten voor de tweedaagse methodiektraining Gestalt en Lichaamsgericht begeleiden bedragen € 650,- voor opleidingskosten en € 115,- voor accommodatiekosten. Literatuur en een eventuele overnachting betaal je zelf. In verband met onze CRKBO-erkenning is deze opleiding vrijgesteld van BTW.