

Programma Basiscursus L-MBT

Vrijdag 11 januari 2019, cursusdag 1

- 9.30- 9.40 Uitleg over cursusopzet en deze bijeenkomst
- 9.40-10.00 Voorstellen, groepsoefening
- 10.00-10.30 Presentatie: Lichaamsgericht mentaliseren

10.30 - 10.45 Pauze

- 10.45-11.00 Presentatie: modi herkennen
- 11.00-11.25 Demonstratie herkennen van modi
- 11.25-11.55 Oefening: Herken modus bij therapeut
- 12.05-12.45 Oefening: Herken de modus bij patiënt

Lunchpauze

- 13.30-13.50 Groepsoefening
- 13.50-14.00 Presentatie: Therapeutische houding
- 14.00-14.15 Groepsoefening (hands on)
- 14.15-14.40 Presentatie: Exploreren

14.40- 14.55 Pauze

- 14.55-15.10 Demonstratie 'stop en sta stil'
- 15.10-15.50 Oefening 'stop en sta stil' met plenair nabespreken
- 15.50-16.05 Demonstratie 'stop en kijk terug'
- 16.05-16.45 Oefening 'stop en kijk terug' met plenair nabespreken
- 16.45-17.00 Afsluiting, afspraken en huiswerk

Vrijdag 8 februari 2019, cursusdag 2

- 9.30- 9.35 Uitleg programma
- 9.35-10.00 Huiswerk nabespreken
- 10.00-10.15 Groepsoefening
- 10.15-10.45 Presentatie: Nagaan eigen lichaamssignalen (LS) en innerlijke ervaringen (IE)

10.45-11.00 Pauze

- 11.00-11.15 Demonstratie
- 11.15-11.45 Oefening: Stilstaan bij eigen LS & IE en bereidheid toetsen
- 11.45-12.00 Demonstratie
- 12.00-12.45 Oefening Eigen LS & IE benoemen

12.45 - 13.45 Lunchpauze

13.45-14.00 Groepsoefening: afwezige therapeut
14.00-14.25 Presentatie: Stimuleren van onderlinge uitwisseling
14.25-14.45 oefening
14.45-15.00 Pauze
15.00-15.15 Demonstratie
15.15-15.45 Oefening
15.45-16.00 Demonstratie
16.00-16.45 Oefening
16.45-17.00 Afsluiting, afspraken en huiswerk

Vrijdag 8 maart 2019, terugkomochtend

9.30- 9.35 Uitleg programma
9.35- 9.45 Groepsoefening
9.45-10.15 Nabespreken huiswerk
10.15-10.45 Opfris presentatie
10.45-11.00 Pauze
11.00-12.00 Praktijksituaties bespreken (met rollenspellen)
12.00-12.15 Implementatie op de werkplek
12.15-12.45 Evaluatie en afsluiting