



Training: Masterclass Lichaamswijsheid herkennen en toepassen
Trainer: Tessa Harts
Cursusdata: , 16-17 mei, 13-14 juni 2019

Per onderdeel vragen we je een mening te geven op een schaal van 1 tot 5:

1 = zeer slecht

2 = onvoldoende

3 = voldoende

4 = goed

5 = zeer goed

Naam deelnemer: _____ gemiddeld

Naam deelnemer: _____	gemiddeld
1 Hoe tevreden ben je over de masterclass?	4,9
2 In hoeverre voldoet de masterclass aan je verwachtingen?	4,8
3 Welke doelen had je en hoe heb je deze bereikt? Specifiek persoonlijk: - meer in buik en in balans met hart en hoofd - meer leven. Yes, stappen gemaakt. - meer bij mezelf kunnen komen en blijven, grotendeels ontdekt. - zicht krijgen op wat mijn buik me vertelt. Problemen zijn nu weg, komen terug bij stress. Ik ken nu de ingang. - meer in contact met mijn hart - bewust zijn van mijn eigen lichaam - meer compassie voor mezelf - het lukt om meer in mijn buik en hart te zijn Specifiek vakmatig: - nieuwe taal spreken, taal van het lichaam - hoe ik mezelf niet kan weggeven en laten leegzuigen in mijn werk. - sneller tot de kern komen - in begeleiding meer bij mezelf blijven - mensen van hun hoofd naar hun gevoel brengen	
4 In welke mate verwacht je te kunnen toepassen wat je hebt geleerd?	4,3

<p>5 Welke onderdelen ga je daadwerkelijk toepassen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lichaam aanspreken en als ingang gebruiken voor thema's - observeren lijf anderen - steeds afstemmen op mezelf - oefenen met C2 en C3 - Ik ben direct dingen gaan toepassen - werken met hoofd, Hart en Buik - oefeningen met cliënten, nog meer vertragen - ademen en oefeningen voor de lichaamssegmenten <p>Welke onderdelen waren voor jou het meest waardevol?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Casussen bespreken - Oefeningserie - Oefeningen - Alles -> ervaren en oefenen - Oefeningen in de sessies, theoretische achtergrond 	
<p>6 Wil je per onderdeel je mening geven:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de inhoudelijke kennisoverdracht 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> - de presentatie 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> - ruimte voor eigen inbreng 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> - de praktijkoefeningen 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> - didactische kwaliteit 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 	<p>4,6</p> <p>4,7</p> <p>4,8</p> <p>4,7</p> <p>4,8</p>
<p>7 Hoe tevreden ben je over de opleider Tessa Harts?</p>	<p>5,0</p>
<p>Opmerkingen over de opleider: Super tevreden. Veilig, grondig, het bij de ander laten. Heel fijn. Sensitief, raak, practice what you preach Haar zijn Bewust ingezette traagheid: leerzaam en tegelijk werd ik er door getriggerd. Presentie, zachtheid, open. Je kunde, flexibiliteit, openheid, steeds goed in contact.</p>	
<p>8 Opmerkingen, tips:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ik vind do-vrij niet fijn omdat het mijn week zo lang maakt - soms vond ik het best een uitdaging, maar ik heb toch veel geleerd en in vond de sfeer prettig - Ik wil graag de verdieping volgen - - - 	

Dank voor je feedback!