

TEKENBEWEGINGSMETHODE - TBM

DRIE STUDIEDAGEN 2021

Voor (vak)therapeuten met of zonder certificaat van de TBM basistraining WERKEN IN AANDACHT

Deze studiedagen bieden een basis om patronen en blokkades te herkennen en te bewerken aan de hand van de theorie en de praktijk van TBM. De drie studiedagen hebben een onderlinge samenhang, en bieden een breed scala aan thema's en ervaringen aan. Ze kunnen los van elkaar gevolgd worden.

Tijdens de drie studiedagen staat je eigen tekenbewegingsproces centraal. Van daaruit besteden we ruim aandacht aan de toepassing van TBM binnen je werk als therapeut.

Elke studiedag wordt 2 keer achter elkaar aangeboden, zodat je kunt kiezen uit de vrijdag of de zaterdag.

MIJN WERELD OP Z'N KOP - vrijdag 19 of zaterdag 20 maart

TBM in tijden van crisis

Het is het een jaar geleden dat onze wereld op een nieuwe manier in beweging kwam. Zekerheden werden onderuit gehaald. Gezondheid, menselijk contact, werk en het culturele leven waren niet meer als vanzelfsprekend. We maken de balans op na dit verwarrende jaar. Wat heeft deze Corona-tijd voor jou betekend, plus en min? En hoe ga je verder op je weg, zowel in je persoonlijke leven als in je werk? Wat zit er op slot? Met TBM maak je blokkades en emoties voelbaar en zichtbaar, laat ze weer stromen, en maakt ruimte voor nieuwe energie. Een dag voor persoonlijke ontwikkeling en inspiratie voor je werk.

TRAUMA AANRAKEN – vrijdag 14 of zaterdag 15 mei

"Ik voel, ik voel wat jij niet voelt..."

Met een trauma ben je meestal alleen. Het verstopt zich en het beheerst een groot deel van je dagelijks leven, je kunt er zelf niet bij en anderen begrijpen het vaak niet....

TBM biedt de mogelijkheid om trauma's te bewerken en te verzachten op een veilige manier. De dynamische oefeningen brengen beweging in gevoelens, beelden en aannames over traumatische ervaringen, die hebben plaatsgevonden in het verleden. Coping gedrag (vluchten, vechten of bevroren) kan tot expressie gebracht worden. Je kunt in de oefeningen je eigen grenzen leren kennen en de regie houden.

De traumaspooren die ontstaan zijn kunnen door TBM zichtbaar gemaakt en verlegd worden. Zo kan er een nieuw perspectief komen op het trauma.

RUIMTE MAKEN IN RELATIES - vrijdag 10 september of zaterdag 11 september

Een kleine ruzie met een vriend of collega, een vastgelopen (liefdes)relatie, al jaren gebrouilleerd zijn met iemand in je familie; iedereen kent wel een vergelijkbare situatie, waarin het contact geheel of gedeeltelijk is vastgelopen. Daarbij spelen verwachtingen, oordelen en teleurstellingen over en weer en belangrijke rol. Wachten tot de ander zich openstelt werkt meestal niet. Dit TBM onderzoek brengt je in eerste instantie bij jezelf, bij wat jij wel en niet kunt veranderen. Vanuit deze helderheid kun je opnieuw bezien op welke manier je het contact met de ander wilt vormgeven.

DATA: MIJN WERELD OP Z'N KOP: 19 of 20 maart 2021
TRAUMA AANRAKEN: 14 of 15 mei 2021
RUIJTE MAKEN IN RELATIES: 10 of 11 september 2021
TIJD: van 10.30 tot 17.30
GROEP: maximaal 9 personen
PLAATS: Ruimte de Garage, Kennemerstraat 11A zwart, Haarlem
(vlakbij Haarlem NS)
KOSTEN: €130,- per dag incl. materiaal

Elke studiedag is geaccrediteerd voor 6 punten.

AANMELDING: stuur een mail en maak het cursusgeld over op IBAN NL03 Trio 0198501366 t.n.v. A. Floor en/of H. Overman, Amsterdam, o.v.v. datum en naam van de gewenste studiedag.

ANNULERING: kosteloos 2 weken van te voren, daarna geen restitutie mogelijk

CONTACT: info@tekenbeweging.nl, <http://www.tekenbeweging.nl>

Didi Overman: 06-46044490, Lida Floor: 06-14917522

De eerstkomende basistrainingen WERKEN IN AANDACHT zullen plaatsvinden op:
vrijdag 12 en 26 november, 10 december 2021 en 14 januari 2022
zaterdag 13 en 27 november, 11 december 2021 en 15 januari 2022

N I E U W !

TEKENBEWEGINGEN OVER DE GRENS
donderdag 17 t/m zondag 20 juni 2021

Een vierdaagse TBM verdiepingstraining in de Franse Ardennen op een wonderschone plek. Je gaat een proces van zelfonderzoek aan door middel van TBM oefeningen, meditatie, beweging en vrijheid.

Voor meer informatie
www.tekenbeweging.nl