



AlumnEI najaarsbijeenkomst 18 november 2017 Lichaamsgericht Werken

Met een overheerlijke lunch startte de najaarsbijeenkomst van het AlumnEI-platform afgelopen zaterdag 18 november. Dat leverde direct al tijd en gelegenheid op om bij te praten met studiegenoten en collega's in de altijd inspirerende ambiance van het landhuis op landgoed de Horst.

Rond 13.15 uur verzamelden we ons op de zolder voor een workshop 'Lichaamsgericht werken' onder de ervaren leiding van Iet Mans. "Je kunt zover gaan met je cliënt tot waar je zelf bent geweest", vertelde Iet. Daarom nam ze ons eerst mee op een muzikale reis, die ons in beweging zette en zorgde voor contact met onszelf en met de mensen om ons heen.

Vervolgens luisterden we met vernieuwde energie naar de uitleg van het 'hoofd-hart-instinct' model, dat beschreven is in het boek 'Get your Guts' van Hilde Bolt. Het model is een bruikbare tool in de begeleiding van cliënten, omdat het goed is uit te leggen en helderheid geeft over de verschillende gevoelsgebieden waar wij ons in kunnen bevinden en wat er allemaal meedoet in onze beleving. De vele voorbeelden uit de praktijk en de fijne manier waarop Iet de mensen in de zaal erbij betrok, zorgden voor een goed beeld van het model.

Na de koffiepauze was het tijd om zelf aan de slag te gaan. In twee op elkaar aansluitende oefeningen deden we ervaring op in het werken met het model en werd het belang van 'de taal van het lichaam' in begeleiding van ontwikkelingsprocessen steeds meer duidelijk.

Last but not least vertelde Iet nog over de toegevoegde waarde van 'aanraken' in coaching sessies en hoe je dat goed kunt inzetten.

Tijdens een lekker hapje en een drankje werd er nog lang nagepraat in de lounge van het landhuis. En rond 17.30 uur vertrokken we na een leuke en leerzame AlumnEI-middag weer richting huis.

Martine Stedehouder
06 1055 5704

martine@beconscious.nl
www.beconscious.nl

