

Workshop: Luisteren naar het innerlijk kind (met het IHDHIB boek)



De eendaagse workshop 'Luisteren naar het innerlijk kind' is bedoeld voor professionals die werkzaam zijn met Hoog Sensitieve Personen en voor diegenen die werken met het innerlijk kind, eetstoornissen, sociale angsten, dwanghandelingen, CPTSS, burn-outklachten en met identiteitsproblemen. Denk hierbij aan mensen die kampen met een negatief zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen.

Het boek 'Ik (h)erken dat ik hooggevoelig ben' (IHDHIB) met 89 illustraties is de tool waarmee wordt gewerkt. De cursist leert aan de hand van aangeboden vraagstellingen de cliënt te begeleiden in het zo mogelijk direct ervaren en doorvoelen van de aanwezige last naar een innerlijke kracht. Dat kan een effectieve bijdrage leveren binnen het algehele therapieproces waarbij de aandacht met name op de identiteitsontwikkeling is gericht. Het boek is daarmee toepasbaar op verschillende processen in de hiervoor genoemde werkgebieden.

Het boek kent dertien thema's waarmee gewerkt kan worden:

1. **ZIJN**
2. **GENIETEN**
3. **EMOTIES ERVAREN**
4. **JEZELF KWIJT ZIJN**
5. **VOOR JEZELF KIEZEN**
6. **JEZELF ACCEPTEREN**
7. **ANDERE MENSEN EN KRITIEK**
8. **PERFECTIONISME**
9. **GRENZEN STELLEN**
10. **PRIKKELLASTEN**
11. **JEZELF LATEN ZIEN**
12. **ZORGZAAMHEID EN JEZELF VERGETEN**
13. **WELKOM ZIJN**

Veel van deze cliënten zijn beelddenkers en daar maakt dit boek effectief gebruik van. Een beeld zegt voor hen vaak veel meer dan een tekst kan doen. De illustraties kunnen zorgen voor identificatie met de hoofdpersonen wat voor een (h)erkenning kan zorgen van het eigen

innerlijk kind en de daarmee verbonden ervaringen. Het zien van een passende illustratie kan direct een innerlijk gevoel aanraken die aandacht behoeft.

Je leert de cliënt vanuit een basis te begeleiden in het letterlijk naar zichzelf toe uitspreken van de getoonde aanwezige last vanuit het boek, naar een innerlijke kracht of reducering/bevrijding van de last. Aanwezige sensaties krijgen dan de gewenste ruimte en er kunnen daardoor diverse gevoelsmatige omkeringen of nieuwe ervaringen plaatsvinden. Dat maakt deze workshop een ervaringsgerichte techniek.

Dit boek is ontstaan door in de afgelopen zestien jaar beeldend te werken met cliënten die diverse lasten ondervonden binnen de dertien thema's. Na uitgebreid onderzoek zijn de meest voorkomende situaties en lasten in het boek weergegeven zodat je er zo effectief mogelijk mee kan gaan werken.

Als professional leer je op deze dag de basis van het ervaringsgerichte doel waarmee je de komende jaren vanuit je eigen creativiteit en werkgebied verder kunt gaan ontdekken, want de mogelijkheden zijn groot en breed inzetbaar. Denk bijvoorbeeld aan het werken met kinderen in het algemeen. Zo is juist ook je eigen inbreng en creativiteit na het eigen maken van de basis belangrijk en dat wordt vrijwel altijd als zeer prettig ervaren.

We hopen je hiermee een prachtig instrument aan te reiken waar je net als wij nog jaren werkplezier van mag beleven!

Doe je mee?

Workshop: Luisteren naar het innerlijk kind (met het IHDIHB boek).

Inclusief: Gratis boek 'Ik (h)erken dat ik hooggevoelig ben', extra reader en certificaat.

Datum: Diverse data in 2022.

Tijd: 10:00-16.30 uur.

Kosten: 169,00 euro incl. btw.

Aantal plaatsen: Max. 12 personen.

Locatie: Instituut EszenzZ, Dorpsstraat 84-86, 1693 AH, Wervershoof.

