

Boundary awareness

Wil jij als therapeut een écht verschil maken?

Ontdek de kracht van grenzen en transformeer je praktijk met de opleiding **Boundary Awareness**

Leer hoe je:

- Grenzen effectief herkent en inzet voor jezelf en je cliënten.
- Inzicht krijgt in grenzen en bewust wordt van de verschillende mogelijkheden van waaruit je contact kunt maken.
- Diepgaande emotionele en mentale balans bereikt.
- Een veilige en ondersteunende omgeving creëert waarin echte verandering mogelijk is.
- Leer te werken met een (driedimensionale grensvoorstelling).

“Deze methodiek is ontwikkeld door dr. Nick Blaser, van oorsprong reumatoloog, die zich later verder heeft ontwikkeld als psychotherapeut en psychiater in Zwitserland.

Je ziet hier de samenkomst van lichaam, grens en psyche



Horizologie

Sluit je aan bij een groeiende groep professionals die met Boundary Awareness het welzijn van hun cliënten naar een hoger niveau tillen

Zonder grens is er geen **ik** en geen **jij**

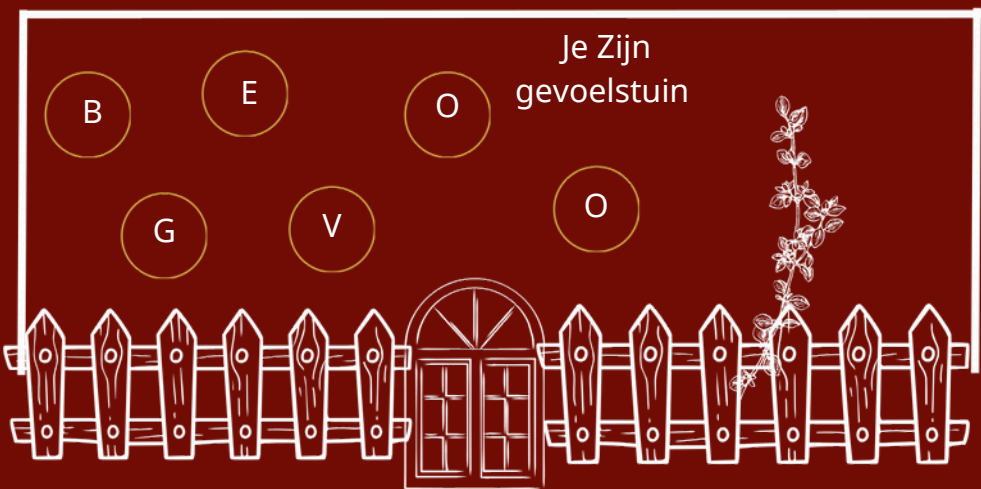


De grens zorgt voor een eigenheid, een eigen Zijn.

Door de grens ontstaat er een binnen en een buiten.

Binnen is jouw Zijn, verbeeld als een tuin.

Een tuin met een eigen grens en een ingang



Buiten waar je anderen ontmoet

Hoe jij de wereld ziet en ervaart

Je gevoelstuin ontwikkelt zich vanaf het moment van conceptie. De ervaringen in je eerste levensjaren zijn van grote invloed. Hoe jij de wereld ziet en ervaart, hangt dus af van de inhoud van je gevoelstuin. In deze gevoelstuin zitten:

Hoe jij de wereld ziet en
ervaart

Hangt dus af van de inhoud
van je 'tuin'



Gevoelens
beelden
opdrachten
overtuigingen
ervaringen
verantwoording



De tuin en overgenomen gevoelens, opdrachten, verantwoording



Verantwoording

Voorbeeld: een kind ziet dat een ouder het niet aan kan. Het kind gaat zorgen voor.



Ontwikkeld wellicht een gevoel van onmacht

Ontdek de kracht van emotionele overdracht

Veel van onze gevoelens zijn ontstaan door de beelden die we als kind zagen. Stel je voor: je ziet angst, in het gezicht van je ouders, hun aangezichtsspieren spannen zich aan. Zonder verdere uitleg neem je dat beeld over en begin je zelf angst te voelen, maar je niet voor wat.

Het verhullen, niet vertellen wat er is, zorgt juist voor overdracht. Dit zien we ook bij tweede, derde generatie oorlogsslachtoffers. Doordat er niet over gesproken werd.

Van onbewust naar bewust,
is goud voor jouw begeleiding

Het werken met beelden biedt de
mogelijkheid tot diepe transformaties.

Het goudengereedschap: het leren begeleiden van een 3dgv

In een 3dgv (driedimensionaal grensbeeld) komt veel naar boven. Oude waarnemingen komen in beeld en het gevoel wordt gevoeld. Onbewuste opdrachten en overtuigingen worden waargenomen; er ontstaat direct bewustzijn of ze eigen of overgenomen zijn. Als het beeld er mag zijn, kan er vanuit aandacht en tegelijk ontspanning, door een verlengde adem, een grote verandering plaatsvinden, die tegelijk in het beeld neergezet wordt. Zo ontstaat er dus letterlijk een nieuw beeld dat resoneert in je brein en je 'tuin'.

Diepe transformaties vinden plaats.



In een 3dgv is er geen fout of goed. Alleen gevoel, bewustwording, erkenning, herkenning en de kracht van de verandering.

Overgenomen: opdrachten, overtuigingen, beelden, en verantwoordelijkheden kunnen liefdevol worden teruggegeven, eventueel met de hulp van een grootouder. Het is keer op keer fascinerend hoe groot de impact van de grens in een opstelling is. Je ziet steeds opnieuw dat de elementen in de tuin direct de grens beïnvloeden!

Theorie

Tijdens de theorie ontdek je de 10 verschillende relatieplekken (modi) die wij als mensen kunnen innemen. Hoe meer bewustzijn jij hierop ontwikkelt, hoe flexibeler jij kunt switchen.

Niets is zo heilzaam voor je relaties, ook die met je kinderen, als jij hier bewustzijn op hebt.

Hoe bewuster we hiervan worden, hoe beter wij in staat zijn om voor onszelf en onze dierbaren een compassievolle relatie aan te gaan. Deze plekken hebben allemaal met je grenzen te maken. Vandaar de naam “compassievolle grenzen” of “grenzen stellen met compassie”

We doen veel oefeningen, zodat jij steeds makkelijker mindful kunt waarnemen



Bewustzijn van mijn eigen grenzen en die van de anderen, heeft ervoor gezorgd dat ik de verantwoording kan laten waar die hoort.

Wil jij bewustzijn ontwikkelen en je werk verrijken doormiddel van ik-grensbewustzijn en het ontwikkelen van compassievolle grenzen, dan wordt je onderdeel van mijn missie een gelukkiger, vreedzamere samenleving.

Ik werk met kleine groepen, max 6.



Volg deze opleiding en ontdek de kracht van bewustzijn, grenzen en de diepe werking van een 3DGV.

Deze geaccrediteerde opleiding is verdeeld in MC I en MCII
Beide duren 3 dagen.

MC III is een online opleiding waarin je leert om met behulp van visualisaties en dagboekoefeningen een training rondom compassievolle grenzen te geven.

Durf te groeien, Marian

● Druk op de knop