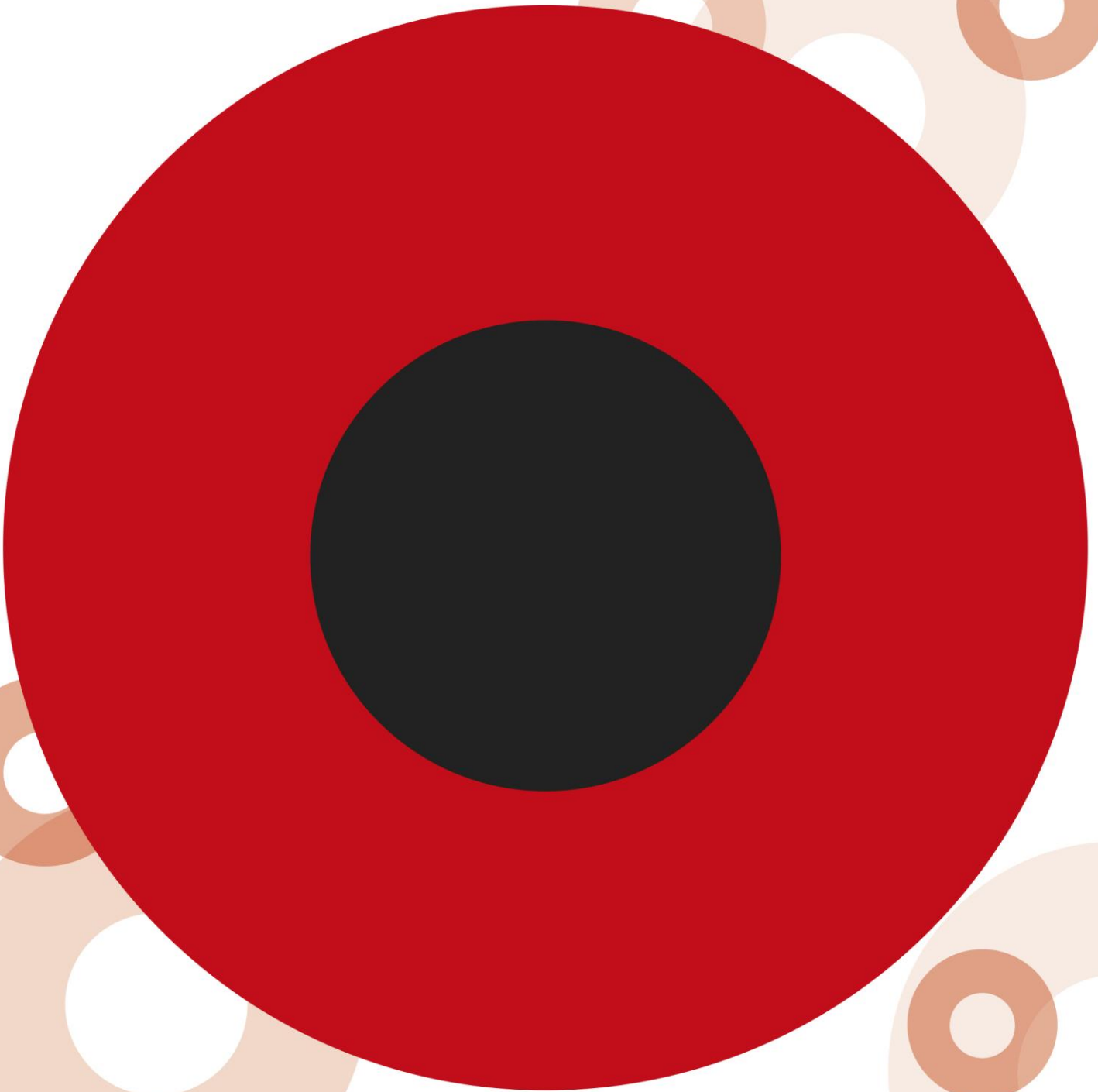


De  Smederij

Studiegids cursus

Ik denk dat ik voel



Cursuscentrum De Smederij

Studiegids Cursus Ik denk dat ik voel

Duur cursus:	Zes avonden verspreid over zeven weken (19:30 tot 22:00)
Aantal bijeenkomsten:	Zeven: zes avonden contactonderwijs en een online consult (1 uur)
Toelating:	Minimaal 18 jaar
Vorm:	Contactonderwijs en een online consult
Kosten:	Zie website
Kosten studiemateriaal:	Geen
Docenten:	Jaap Rooymans, eventueel ook diverse stagiaires
Data:	Zie website

Inhoud van de cursus

Voelen...dat is enge kost, daar doen we liever niet aan. Ons gevoel gaat immers met ons aan de haal, met al dat gevoel functioneren we niet, daar worden we maar labiel van. Voelen is voor watjes. Dat is voor veel mensen een rotsvaste overtuiging geworden. Hun gevoel zit netjes op slot en ze leiden zo een van zichzelf vervreemd leven.

Dingen als op slot staan, geen relaties kunnen aangaan, je gevoelens niet begrijpen, vastlopen en blokkeren in je gevoel of een burn-out, hebben vaak te maken met vervelende ervaringen die je eerder hebt opgedaan. Door die vervelende ervaringen blokkeer je jezelf in je gevoel of zet je je gevoel op slot. Je blokkades beschermen je aan de ene kant voor pijn, angst en verdriet, maar zorgen er tegelijk voor dat je niet meer bij jouw echte gevoel kan komen.

In deze cursus staat het weer in contact komen met gevoelens, gevoelens herkennen en erkennen, de confrontatie aangaan met gevoelens en het bewust worden van blokkades centraal.

In zes avonden komen de volgende onderwerpen aan bod:

1. Omgaan met je onzekerheidsgevoel
2. Vertrouwen op je gevoel
3. Je krachtig voelen en je kracht voelen
4. Openstaan voor gevoelens van jezelf en anderen
5. Verantwoordelijkheidsgevoel
6. Intuïtief voelen

Tijdens de cursus wisselen we theoretische kennis over hoe voelen werkt af met praktijkervaringen. Je doet individueel of met anderen oefeningen om belemmeringen in gevoelservaringen op te sporen. Daarnaast maken we inzichtelijk waarom je je afsluit voor je gevoel.

Je sluit de cursus af met een online consult met Jaap Rooymans.

Opbouw

De cursus bestaat uit zes avonden en een online consult. Tijdens de avonden is er koffie, thee en lekkers.

Docenten

Jaap Rooymans is de hoofddocent. Hij zal de contacturen aanwezig zijn (behoudens overmacht zoals ziekte). Eventueel lopen er bij de cursus diverse stagiaires of begeleiders rond.

Doelgroep

Deze cursus is bestemd voor

- Personen die weer willen gaan voelen of in contact willen komen met hun gevoel.
- Personen die geblokkeerd zijn in hun gevoel en zich meer willen openen
- Personen met burn-out, relatieproblemen, contactproblemen
- Personen die kennis willen maken met bewustzijns groei

Doelstellingen:

De doelstellingen van de cursus zijn:

- Groeien in je gevoelsbeleving
- Kennismaken met het gevoelssysteem in theorie en praktijk
- Belemmeringen op het voelen loslaten

Tussentijdse vragen

De cursus bestaat uit contactonderwijs waar. Voor tussentijdse vragen kun je altijd bij de hoofddocent Jaap Rooymans terecht via e-mail of telefoon (jaap@desmederij.nl , +31 6 30 08 64 09).

Vragen van administratieve aard met betrekking tot het onderwijs

Heb je vragen van administratieve aard met betrekking tot het onderwijs, dan beantwoorden wij deze binnen twee weken. Heeft een antwoord langer de tijd nodig, dan laten wij weten wanneer je een antwoord kunt verwachten.

Boekenlijst

Voor de workshop hoef je geen boeken aan te schaffen. Wil je meer weten over de stof dan kun je de volgende boeken lezen:

Anodea Judith: Chakra werkboek

Ad Stemering: Groeien in evenwicht (eventueel in De Smederij aan te schaffen)

Studiebelasting

n.v.t.

Examens

n.v.t.

Niveau cursus

Het niveau van de cursus is te vergelijken met mbo/hbo niveau

Evaluatie

Steekproefsgewijs vindt er een cursus- en docentenevaluatie plaats. Cursisten kunnen op een evaluatieformulier aangeven hoe zij de behandelde stof, de manier van lesgeven en de verschillende stagiaires ervaren. Deze evaluatie is anoniem en wordt door de docenten verwerkt en betrokken ter verbetering van de cursus.

Toelating

Personen die bepaalde medicijnen gebruiken (zoals antidepressiva) of personen met een psychiatrische achtergrond dienen dit aan te geven en voor aanmelding van de cursus een gesprek aan te vragen.

Bedenktijd na aanmelding en tussentijds stoppen

Na aanmelding heb je een bedenktijd van 14 dagen. Ben je eenmaal met de cursus begonnen dan betalen wij, als je voortijdig wilt stoppen, het geld terug van de avonden die je niet meer zult volgen. Dit doen we binnen twee weken nadat je gestopt bent.

Privacy-beginsel

De docenten en stagiaires zullen integer omgaan met de persoonlijke processen van de cursisten. Alle informatie die door cursisten verstrekt wordt, is vertrouwelijk voor Cursuscentrum De Smederij, onze medewerkers en docenten. Deze wordt niet zonder toestemming van de studenten verspreid. Zie ook de AVG op onze website

Kosten

De kosten van de cursus zijn vermeld op de website. Deze kosten zijn inclusief verblijfskosten (koffie, thee, koek, lunch). Facturatie vindt plaats voor aanvang van de cursus. Wil je het cursusgeld in delen betalen dan kun je dit aangeven. Je ontvangt van ons een rekening.

Klachten

Cursuscentrum De Smederij kent een klachtenprocedure. Deze tref je aan op de website.

Website

Op www.desmederij.nl vind je ook info over andere cursussen en opleidingen die in ons opleidingsinstituut worden aangeboden.