

Workshop Transformatie van Krasjes en Trauma

Door Jaap Schaveling

Voorjaarseditie: 5 en 6 juni 2026

Najaarseditie: 6 en 7 november 2026

We werken van 10-13 en van 14-17 uur.

Inhoud

De workshop bestaat uit veel oefeningen en korte lecturettes. Hoofdonderwerpen zijn:

- Onze krasjes, wat is Trauma? En hoe ontstaat het?
- Je levensscript, hoe heb je leren leven?
- Wat betekent jouw levensscript voor je huidige gedrag?
- Hoe emoties je gedrag beïnvloeden en belang van serieus nemen van je emoties
- The Body keeps the score: hoe? Trauma based body sensations
- Herbeslissen over jouw gedragspatronen: What do you want to change today?
- Hoe de herbeslissing realiseren?
- Werken met je krachtbronnen
- Methoden om om te gaan met je krasjes.

Voor wie

- Je hebt de bereidheid om jezelf in te brengen.
- Je bent bereid en in staat je eigen functioneren bespreekbaar te maken.

Kosten

De kosten van de workshop zijn €500,-

Zodra je betaald hebt voor de workshop zal je inschrijving definitief zijn. De algemene voorwaarden van Aikima zijn van toepassing.

Locatie

Joppe (ligt tussen Zutphen en Deventer). Als je wilt overnachten dien je dat zelf te regelen.

Joppe e.o. kent voldoende goede B&B's en hotels.

Nadere informatie en inschrijven

Voor vragen en nadere informatie:

jaapschaveling@me.com

0622992304

Aanmelden

Stuur een mail naar jaapschaveling@me.com met de volgende gegevens:

- Voor- en achternaam
- E-mailadres
- Telefoonnummer
- Eventueel Bedrijfsnaam als dat op de factuur moet
- Factuuradres