

Werkplaats

Geweldloos verzet versterken met ACT

Het geweldloos verzet biedt ouders een invloedrijk perspectief om op constructieve wijze de eigen ouderpositie te verstevigen wanneer kinderen grensoverschrijdend, agressief en destructief gedrag laten zien.

Wij ervaren allemaal dat het doorbreken van negatieve escalatiepatronen verre van eenvoudig is. Het je eigen maken van de basishouding, het investeren in de relatie en het plegen van acties van verzet vraagt om zelfreflectie, moed en durf. Dikwijls is er al geruime tijd sprake van hoogoplopende spanningen en voelen ouders zich radeloos en onmachtig om het tij te keren.

Wij, Philippine Tjalma en Anita Bergman coachen al jaren (groepen) ouders in het geweldloos verzet en ontdekten dat we los van elkaar ook een opleiding in Acceptance & Commitment Therapy hebben gevolgd. We waren het direct met elkaar eens dat de oefeningen en de metaforen van ACT een waardevolle bijdrage kunnen leveren bij het aanleren van een houding van geweldloos verzet.



*"Controle over de ander is onmogelijk, controle over jezelf is haalbaar.
Je invloed wordt groter als je je richt op je eigen waarden en daarnaar handelt"*

Samen organiseren we een werkplaats, omdat we enthousiast zijn over onze eerste bevindingen en deze graag met jullie willen delen. De werkplaats is voor ons een vrijplaats waar we met elkaar kunnen ontdekken en exploreren. We starten met een introductie over ACT en de raakvlakken tussen geweldloos verzet en ACT. Vervolgens is er een actieve workshop met oefeningen en metaforen die je in jouw dagelijkse praktijk kunt gaan toepassen. Kennis van en ervaring met het werken met geweldloos verzet is een vereiste om goed mee te kunnen doen.



Wanneer	Op maandagochtend 6 november van 9.30 tot 12.30 uur
Waar	Ergens tussen Zwolle en Groningen huren we een ruimte
SKJ-punten	3
Kosten:	€75,-
Aanmelden	Mail naar philippine@noorderkompas.nl of anita@thusingeweldloosverzet.nl