

## **ONZE EXISTENTIELE DEMONEN IN DE OGEN KIJKEN**

### **Focussen vanuit de veilige plek**

*Tweedaagse workshop voor therapeuten en counselors (in opleiding) die tevens vertrouwd zijn met Focusing.*

We kennen ze allemaal, de demonen van ons bestaan waar we liever de ogen voor sluiten. Denk maar aan de angst om verlaten te worden en echt alleen te zijn in het leven, de onbestemde donkerte die zich soms laat voelen, de verliezen die we reeds hadden en nog zullen hebben, het akelige besef dat dit bestaan eindig is, het gevoel van totale zinloosheid dat ons soms kan overvallen, het universum dat onverschillig toekijkt als alles tegenzit... Het zijn allemaal belevingen en overtuigingen die ons het leven bijzonder lastig kunnen maken, die ons in diepe moeilijkheden kunnen brengen, die we liever opzij schuiven maar die we op onze levenstocht op bepaalde momenten onafwendbaar in de ogen moeten kijken.

We hebben ook allemaal het vermogen om een lijfelijk ervaren ruimte te vinden waar we ons veilig kunnen voelen, van waaruit we risico durven nemen om nieuw of onherbergzaam gebied te benaderen en te exploreren en waar we altijd terug naartoe kunnen om te schuilen of op adem te komen.

In deze workshop willen we jou in de eerste plaats gidsen om een *lijfelijk gevoelde veilige plek* te vinden en vanaf deze basis over en weer te pendelen in de richting van je *existentiële demonen*. We bouwen dus aan een veilige manier om je existentiële onontkooombaarheden te contacteren. Binnen deze interactie besteden we veel aandacht aan goed afgestemde *zelfzorg*. Bij dit alles zal Focusing de leidraad vormen.

Terwijl de klemtoon erop ligt om dit avontuur persoonlijk aan te gaan, kan er tijdens de workshop ook ruimte zijn om de *brug naar het professionele begeleidingswerk* te slaan.

**Tijdstip:** vrij 28 en zat 29 oktober'16 van 10.00u tot 17.00u

**Begeleiding:** Claude Missiaen

**Plaats:** De Binnentuin, Spoorwegstraat 8, 3370 Boutersem

**Prijs:** €240,- (inclusief koffie, thee, versnapering en broodjeslunch)

#### **Deelname:**

Voor meer informatie en inschrijven kan je mailen naar: [claudemissiaen@telenet.be](mailto:claudemissiaen@telenet.be).  
Maximum aantal deelnemers is 15.

#### **Aanbevolen literatuur:**

Missiaen, C. (2016). Existentiële demonen in de ogen kijken. Focussen vanuit de veilige plek. In: *Tijdschrift Persoonsgerichte Experiëntiële Psychotherapie*, 54 (1), 37-44.