

# TEKENBEWEGINGSMETHODE - TBM

## TWEE STUDIEDAGEN 2023

Voor (vak)therapeuten met of zonder certificaat van de TBM basistraining WERKEN IN AANDACHT. Deze studiedagen bieden een basis om patronen en blokkades te herkennen en te bewerken aan de hand van de theorie en de praktijk van TBM. De studiedagen bieden een breed scala aan thema's en ervaringen aan. Ze kunnen los van elkaar gevolgd worden.

Tijdens de twee studiedagen staat je eigen tekenbewegingsproces centraal. Van daaruit besteden we ruim aandacht aan de toepassing van TBM binnen je werk als therapeut.

Elke studiedag wordt 2 keer achter elkaar aangeboden, zodat je kunt kiezen uit de vrijdag of de zaterdag.

### TRAUMA AANRAKEN – vrijdag 29 of zaterdag 30 september

*"Ik voel, ik voel wat jij niet voelt..."*

Met een trauma ben je meestal alleen. Het verstopt zich en het beheerst een groot deel van je dagelijks leven, je kunt er zelf niet bij en anderen begrijpen het vaak niet....

TBM biedt de mogelijkheid om trauma's te bewerken en te verzachten op een veilige manier. De dynamische oefeningen brengen beweging in gevoelens, beelden en aannames over traumatische ervaringen, die hebben plaatsgevonden in het verleden. Coping gedrag (vluchten, vechten of bevriezen) kan tot expressie gebracht worden. Je kunt in de oefeningen je eigen grenzen leren kennen en de regie houden.

De traumaspooren die ontstaan zijn kunnen door TBM zichtbaar gemaakt en verlegd worden. Zo kan er een nieuw perspectief komen op het trauma.

### RUIMTE MAKEN IN RELATIES - vrijdag 17 november of zaterdag 18 november

Tijdens deze studiedag krijg je inzicht hoe TBM toegepast kan worden binnen gezins- en relatietherapie. De aandacht ligt hierbij dus minder op het individu maar op wat zich afspeelt tussen individuen die deel uitmaken van elkaars leven, het systeem. Waar woorden niet meer werken kan TBM op fysiek en energetisch niveau blokkades tussen mensen helder maken, in tekenbeweging brengen en opheffen. De eenvoud van de oefeningen nodigt uit tot nieuwe ervaringen met elkaar. Emoties gaan weer stromen, cognities kunnen worden bijgesteld, er komt nieuwe lucht!

De TBM-oefeningen van deze dag worden deels in tweetallen en met de groep uitgevoerd vanuit actuele situaties, zoals je dat met cliënten in de praktijk ook zou kunnen gaan toepassen. TBM als systeemtherapie is geschikt voor zowel volwassenen als voor adolescenten en kinderen.

|         |                                                            |                         |
|---------|------------------------------------------------------------|-------------------------|
| DATA:   | TRAUMA AANRAKEN:                                           | 29 of 30 september 2023 |
|         | RUIMTE MAKEN IN RELATIES:                                  | 17 of 18 november 2023  |
| TIJD:   | van 10.30 tot 17.30                                        |                         |
| GROEP:  | maximaal 9 personen                                        |                         |
| PLAATS: | Urban Resort Heining, Heining 151 <sup>E</sup> , Amsterdam |                         |
| KOSTEN: | €145,- per dag incl. materiaal                             |                         |

De studiedag is geaccrediteerd voor 6 punten.

### AANMELDING:

Stuur een mail en maak het cursusgeld over op IBAN NL03 Trio 0198501366 t.n.v.

A. Floor en/of H. Overman, Amsterdam, o.v.v. je eigen naam, datum en naam van de gewenste studiedag. ANNULERING: kosteloos 2 weken van te voren, daarna geen restitutie mogelijk

CONTACT: [info@tekenbeweging.nl](mailto:info@tekenbeweging.nl), <http://www.tekenbeweging.nl>

Didi Overman: 06-46044490, Lida Floor: 06-14917522