

2021

Masterclass

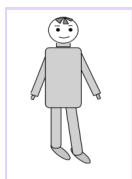
Centre for applied Boundary Studies



# GRENZEN STELLEN MET COMPASSIE

Individueel werken met ik-grenzen in therapie, coaching en relaties

Ontdek zelf de unieke kracht en eenvoud van de werkwijze van psychiater en psychotherapeut dr. Nick Blaser!



## ZESDAAGSE MASTERCLASS VOOR PROFESSIONALS

Onze grenzen ervaren we, vooral als we erover heen gaan of als anderen er over heen gaan. Het belang van een goede ik-grens is belangrijk voor ons en draagt bij aan ons geluksgevoel, onze relaties en ons welzijn. Onze grens beschermt ons tegen ongewenste indringers. Onze grens geeft onze gedaante een gezicht en geeft de mogelijkheid om ons binnen deze ruimte te bewegen.

*Sinds 2014 traint dr. Nick Blaser in Nederland professionals in zijn unieke manier van kijken en werken met cliënten en relaties. Het is een werkwijze die uitermate behulpzaam is in het therapeutische proces en in (samenwerkings)relaties.*

De masterclass bestaat uit twee blokken van elk drie dagen. In de eerste drie dagen van de training maak je kennis met de visie en werkwijze van Nick Blaser. Aan de hand van een ruimtelijk model wat door Nick de 3-dimensionale grensvisualisatie wordt genoemd (3-DGV) leren de deelnemers grensthema's analyseren en werken met de begrenzing van de psychische ik-ruimte.

Tijdens de tweede driedaagse wordt ingezoomd op het werken met gevoelens. We leren met het ruimtelijke aandachtsmiddel (interpersonal attention management) afweer-mechanismen nog beter begrijpen en ermee werken.

In beide blokken wordt gewerkt met eigen grensthema's en met ervaringen uit de werkpraktijk.

*De methode van Nick Blaser is inzicht-gevend en ik-versterkend en daardoor goed in te zetten bij: HSP, relaties, samenwerking, angst, autisme, traumaverwerking, ervaringen een plaats geven, ruimte maken, opvoeding, doelen stellen, teambuilding, leiderschap, communicatie, burnout-preventie en omgaan met gevoelens.*



### Wanneer

#### Voorjaarstraining:

9-11 april en 14-16 mei 2021  
In: Landgoed Woodbrooke in Barchem

#### Najaarstraining:

17-19 sept. en 26-28 nov. 2021  
In: Landgoed Eherwold Almen  
van 10.00 - 17.00 uur

### Kosten

Prijs: € 995 excl. BTW  
Incl. koffie/thee/lunch

### Informatie en Opgave

Centrum voor ik-grens bewustzijn Nederland  
Radjani Edel  
06-22205257  
ikgrensbewustzijn.nl  
www.ikgrensbewustzijn.nl

### Centre for applied Boundary Studies

Nick Blaser  
+41 61 683 98 52  
info@horizologie.ch  
www.horizologie.ch



Voertaal: Nederlands

## WIE IS NICK BLASER?

Nick Blaser is psychiater, psychotherapeut, hij studeerde in Leiden geneeskunde. In 2009 richtte hij in Bazel/Zwitserland het Centre for applied Boundary Studies op waar hij wetenschappelijk onderzoek doet naar het belang van de persoonlijke ik-grens en de interpersoonlijke grensdynamiek (horizologie). Hij traint professionals in deze manier van werken.

Vanuit een systemische en dialogische visie heeft hij zijn driedimensionale grenstherapie over ik-grenzen ontwikkeld. Over dit werk heeft Nick Blaser meerdere boeken gepubliceerd: *Zo ben ik en jij bent anders* (2008), *In en om mij* (2011), *Gevoelens komen en blijven* (2012), *Aufmerksamkeit und Begegnung* (2012), *Grenzen en liefde* (2018) *Grenzen stellen met compassie* (2018), *Maki en zijn mobieltje* (2019). Lees ook zijn artikel in *Psychologie van december 2019*.

## NA DE TRAINING ...

- Heb je je de theorie over en de visie op het belang van ik-grenzen eigen gemaakt.
- Heb je met het driedimensionale model (3DGV) van Nick Blaser gewerkt.
- Kun je gebruik maken van een taal die voor cliënten behulpzaam is.
- Heb je de verschillende 'interpersonal mental states' zoals mindfulness, meevoelen (compassion), invoelen (empathy), theory of mind en theory-theory verdiept.
- Heb je inzicht in persoonlijke grens-thema's.
- Kun je patronen herkennen en veranderingen begeleiden.
- Kun je werken met gevoelens binnen het 3 DGV model
- Heb je de systemische manier van kijken en werken verdiept.
- Heb je de kracht van het mindfull begeleiden ervaren.

*"De vorm, de hoogte en de doorlaatbaarheid van onze grens vormt zich, behalve door ingrijpende gebeurtenissen, óók gedurende onze alledaagse ervaringen."*



## VOOR WIE IS DEZE MASTERCLASS?

Deze masterclass is voor iedereen die professioneel met mensen werkt zoals: coaches, counselors, artsen, therapeuten, psychologen, maatschappelijk werkers, leidinggevers etc.

In de masterclass is ruimte voor **maximaal 16 deelnemers**.

### Reacties van deelnemers

*"Deze manier van werken heeft mij doen beseffen hoe belangrijk ik-grenzen zijn."*

*"Werken met het model van geeft cliënten erfahrbaar inzicht en handvatten. Zeer behulpzaam bij HSP-thema's"*

*"Wat speelt wordt zichtbaar."*

*"Het werken met het tuinbeeld is echt heel verhelderend binnen gezinnen en relaties."*

## ACCREDITATIE

Deze masterclass is geaccrediteerd door:  
SKB voor SBU: 102,5 / 3,7 EC's  
SRVB voor 26 studiepunten.  
LVPW voor 30 PE-pnt .



## GLIBAAL PROGRAMMA

Theorie wordt afgewisseld met praktijk-, visualisatie- en waarnemingsoefeningen.

Mindfulness en compassie zijn basis-uitgangspunten voor het werken in de training.

Deelnemers ontvangen een handout.

Verplichte literatuur bij de basistraining: "Zo ben ik en jij bent anders" en "Gevoelens komen en blijven" van Nick Blaser.

## VERVOLG TRAININGEN

**Masterclass 3:** Grenzen stellen met compassie ( II)

Groepsgericht werken met ik-grenzen. Masterclass 3 start eens per jaar bij voldoende deelnemers.

**Masterclass 4:** Grenzen stellen met Compassie (III) De teacher training.

Trainer van professionals in het werken met ik-grenzen

Periodiek worden verdiepende studiedagen aangeboden. Om deel te kunnen nemen aan de studiedagen moet je de zesdaagse basistraining hebben gevolgd.

