

Over liefdeselixirs en de alchemie van Eros

achtdaagse opleiding over systemisch werken met lust, intimiteit en liefde

*Ik wil met je doen
wat de lente doet
met kersenbomen.*

Pablo Neruda

Wie met mensen rondom seksuele en intieme thema's werkt, beweegt zich in een complex en intens veld. Allerlei lijnen kruisen elkaar daar: lichaam en verbeelding, individu en cultuur, instinct en hart, waarden en taboes...

Werken met seksuele vraagstukken en intieme thema's vereist het aanleggen van een stevige en uitdagende bedding. Er is verwondering voor nodig, wijsheid, durf en subtiliteit. Het is bewegen op het scherp van de snee, pendelend tussen verwelkomen en uitnodigen enerzijds en begrenzen vanuit plekbesef anderzijds.

Geconfronteerd met hulpvragen over lust en liefde word je als professional verplicht om indringende vragen onder ogen te zien.

- Hoe verwelkom je mensen met hun verlangen naar intimiteit en genot?
- Hoe installeer je ruimte voor vrije(nde) verhalen en toestemming voor ver sluiering?
- Welke verbale en non-verbale taalpatronen zet je in, bewust of onbewust, gewild of ongewild?
- Hoe ga je om met geheimen, (zelf)censuur, verlieservaringen, niet gestelde of geleefde vragen?
- Hoe antwoord je – verbaal en non-verbaal – op verhalen van schaamte, verkrampt, verslaving en grenzenloosheid?
- Hoe creëer je een veilig draagvlak opdat traumatische ervaringen zich kunnen tonen, lucht krijgen en helen?

Tijdens dit traject leer je nauwkeurig kijken naar systemische dynamieken achter seksualiteit en intimiteit.

Je leert symptomen en signalen in seksuele sfeer zien als een onderdeel van een veel groter geheel. Seks gaat immers nooit alleen over seks, en in vraagstukken rondom intimiteit verbergen zich echo's en oude verstrikkingen uit familiale en maatschappelijke systemen.

Je leert seksuele scripts lezen in de diverse manieren waarop mensen genot reguleren, intimiteit ervaren, omgaan met opwinding, geilheid, kwetsbaarheid en schending.

Je krijgt oog voor hechtingspatronen en intieme imprints, en hoe verwondingen op dit gebied zich (kunnen) verraden.

Meer dan bij welke hulpvraag ook, geldt hier dat je zélf in het geding bent. Als professional word je bij intieme of seksuele vragen geconfronteerd met jouw hechtingsstijl en seksuele groepsgeweten.

De opleiding is één grote uitnodiging om je bewust te worden van je eigen seksuele moedertaal en je unieke, intieme landkaarten, én de mogelijke verschillen met die van anderen.

Meer specifiek komen volgende concepten en vaardigheden aan bod:

Aanraking en de 'bedradingen' van ons lijf

Werken met seksualiteit en intimiteit is werken met het verlangen van mensen om zich te openen, maar evenzeer bewegen in een veld boordevol zichtbare en onzichtbare grenzen.

Je verfijnt je vaardigheden en oefent de kunst van lichaamslezen.

Je leert werken met de principes van lust, liefde en vreugde en hun organische vertaling ervan in het lijf;

Seksuele identiteit en gendermozaïek

De opbouw van een seksuele identiteit is een dynamisch proces waarin verschillende ingrediënten gemengd worden: sekse (biologisch geslacht), gender, sekserollen en seksuele voorkeur.

Je leert met deze gendermozaïek werken als was het een intieme landkaart.

Je onderzoekt en pendelt tussen mannelijke en vrouwelijke archetypen en oerbeelden.

Mannelijkheid en vrouwelijkheid

Mannelijkheid en vrouwelijkheid zijn geladen en beladen begrippen.

Achter deze overtuigingen schuilen ervaringen: persoonlijke, transgenerationale, collectieve...

Samen met je groepsgenoten – die spiegels van mannelijkheid of vrouwelijkheid voorhouden – zoek je naar concrete en diverse manieren om te ankeren in seksualiteit en om te aarden in mannelijkheid en/of vrouwelijkheid.

Je verkent hoe je je kan verhouden tot de postmoderne uitdaging van genderfluiditeit.

Intieme imprints en seksuele scripts

Mensen dragen gewonde verhalen met zich mee als het over lustbeleving en intimiteit gaat: over hoe seksuele levendigheid werd gedempt of grenzen werden geschonden.

Je leert basale vaardigheden voor het creëren van een emotioneel veilige plek.

Je leert helende bewegingen aansturen.

Schaduwdimensies

Werken met seksuele energie is ook werken in een donker gebied.

Je leert je verhouden tot seksverslaving, misbruik, porno, schaamte en kramp.

Insluiten is hierbij een basisvaardigheid die vraagt dat je je eigen bewustzijnsvernauwingen en oordelen onder ogen ziet.

Wanneer?

vrijdag 13 november 2020
zaterdag 14 november 2020
vrijdag 11 december 2020
zaterdag 12 december 2020
vrijdag 8 januari 2021
zaterdag 9 januari 2021
vrijdag 5 februari 2021
zaterdag 6 februari 2021
telkens van 10 tot 17u.

Plaats

Antwerpen – Deurne

Begeleiding

Herman Cools

Prijs

- Voor btw-houders en bedrijven: 1450 euro (btw inclusief)
 - Voor particulieren: 1200 euro (btw inclusief)
- Koffie, thee en een lichte lunch zijn inbegrepen.

Inschrijven kan door een voorschot van 400 euro over te maken.

Bij annulering langer dan een maand voor de opleiding worden 30 euro administratiekosten aangerekend. Bij annulering minder dan 3 weken voor de opleiding wordt het voorschot niet terugbetaald.

Ons rekeningnummer:

IBAN: BE22 8601 0572 6847

BIC: NICA BE BB

Umbra is een centrum voor lichaamswerk, psychotherapie en spiritualiteit