

## Inhoudstabel

Opleiding Emotioneel Lichaamswerk (ELW)®	1
Emotioneel Lichaamswerk	2
<i>Wat is emotioneel lichaamswerk?</i>	2
<i>Voor wie is emotioneel lichaamswerk?</i>	2
<i>Het doel van emotioneel lichaamswerk</i>	3
<i>Leven in het nu !</i>	3
<i>Ontdek de bron in jezelf</i>	4
<i>Je gevoel is je kompas</i>	4
<i>Laat je energie weer stromen</i>	4
Hoe werkt Emotioneel Lichaamswerk?	5
<i>De Technieken</i>	7
<i>Individueel Emotioneel Lichaamswerk</i>	9
<i>Het werken in een groep</i>	9
De opleiding : kort weergegeven	10
<i>Eerste jaar</i>	10
<i>Tweede jaar</i>	10
<i>Derde jaar</i>	10
<i>Afstudeertraject</i>	11
De opleiding : concrete invulling	13
<i>Eerste jaar : Technieken ervaren en reflecteren</i>	13
<i>Tweede jaar : Het aanleren van de technieken</i>	16
<i>Derde jaar : Het overdragen van de technieken</i>	18
<i>Afstudeertraject</i>	19
Toelating tot de opleiding	19
Beroepsperspectief	19
Opleidingsteam	21



## Opleiding Emotioneel Lichaamswerk (ELW)®

Emotioneel Lichaamswerk (ELW) beoogt dat mensen weer bewuster leven vanuit de wijsheid van hun lichaam. Er is een groeiende vraag naar vakkundig opgeleide trainers / begeleiders die bekwaam zijn mensen te begeleiden vanuit een holistische visie via een lichaamsgerichte benaderingswijze.

Sinds 1987 bestaat er de beroepsopleiding Trainer Emotioneel Lichaamswerk in Nederland. In 2005 startte in Vlaanderen een groeijaar, dat leidt tot de oprichting van de opleiding in België. In oktober 2006 start het eerste eigenlijke jaar van de opleiding. De opleiding duurt 3 jaar, gevolgd door een afstudeertraject.

Het doel van de opleiding is studenten voor te bereiden op het begeleiden van deelnemers, individueel en in groepsverband, met de methoden van Emotioneel Lichaamswerk.



## **Emotioneel Lichaamswerk**

### ***Wat is emotioneel lichaamswerk?***

Al jaren bestaat er de behoefte aan holistische benaderingen die lichaam, geest en emotioneel beleven omvatten. Begin jaren '80 hebben Ted Wilson en Geert van Coillie, hierin bijgestaan door diverse medewerkers, Emotioneel Lichaamswerk ontwikkeld. ELW is gebaseerd op de zienswijze dat je als mens altijd in wording bent, en dat ZIJN je meest wezenlijke eigenschap is in het leven. Waar die ontwikkeling stagneert, blokkeert ook je levensstroom : afsluiten, inhouden en wachten komen in de plaats van openen, uiten en aangaan. Dan wordt het leven met het stijgen van de jaren alleen maar minder intens en interessant. Dit wordt dan ook dikwijls toegeschreven aan het ouder worden. De werkelijke reden is echter dat je je ontwikkeling beperkt. Bovendien staan opvoeding, school en maatschappelijke carrière veelal centraal, en niet lichaam en emoties. Emotioneel Lichaamswerk geeft juist aandacht aan de laatste twee. En wel op zo'n manier dat iedereen daarin zijn eigen kwaliteiten kan ontwikkelen.

### ***Voor wie is emotioneel lichaamswerk?***

Emotioneel Lichaamswerk is bedoeld voor mensen die de kwaliteit van hun leven willen verhogen. Mensen die onderkennen dat de meeste klachten geen ziekten zijn, maar signalen dat lichaam en geest elkaar tegenwerken (zoals een brandend dashboardlampje aangeeft dat er in de motor iets mis is). Noodgedwongen hebben velen onder ons een lange tijd die signalen moeten onderdrukken. Hierdoor hebben we afgeleerd om onze emoties op een natuurlijke manier te uiten. We zwakken gevoelens af en richten ons op de buitenwereld, veelal op "wat mag" of waarmee we "aanvaard worden".

Bij sommigen is het onderdrukken zo hoog opgelopen dat zij bij het minste heftig reageren zonder dat dit werkelijk opluchting geeft. Anderen kroppen gevoelens jarenlang op en verliezen hun levenslust. Weer leren luisteren naar, en handelen overeenkomstig de wetten van ons lichaam (lichaam+ denken+ voelen) is één van de belangrijkste doelstellingen van Emotioneel Lichaamswerk. Hiervoor is een ontwikkeling nodig waarin we leren bewuster te leven en dat is iets anders dan alleen maar kennis vergaren.

## ***Het doel van emotioneel lichaamswerk***

Als trainer / begeleider Emotioneel Lichaamswerk luister je naar de ervaringen van je cursisten en naar hun verlangens. Je richt je op hun potentie. Ter vergelijking : je aandacht is in eerste instantie gericht op de waterstroom van een beekje. Naar de stenen kijk je alleen om te zien of er één of twee verplaatst kunnen worden zodat de stroom kan toenemen. Want een krachtige waterstroom weet zelf vele stenen op te ruimen en neemt de ruimte die hij nodig heeft om te stromen. Hetzelfde geldt voor mensen : waar je levensenergie stroomt, geniet je van de mooie dingen in het leven, en kan je overeind blijven bij de meeste problemen van het leven. Stagneert je stroom, dan is de kleinste tegenslag voldoende om overspannen te raken, en stopt het genieten. Emotioneel lichaamswerk start dan ook bij de levensenergie en dus bij het lichaam.

## ***Leven in het nu !***

Emotioneel lichaamswerk wil je bewust gewaar laten worden wat je ervaart in je lichaam, je emoties en je denken. Het spoort je aan om naast actieve deelnemer aan het leven, ook toeschouwer te zijn van je eigen leven. Wanneer dit bewustzijn zich ontwikkelt, verandert langzamerhand je hele referentiekader. Je kritisch inzicht in de relaties tussen je denken, voelen, handelen en zijn neemt toe en je wordt daardoor gevoeliger in je omgang met anderen. Wanneer je zelfbewustzijn zich verder verdiept, ga je het verband tussen verleden, heden en toekomst ontdekken. Zo leer je dat jouw acties bepalen hoe je leven er uit ziet en zal zien: je neemt zelf verantwoordelijkheid voor de kleur van je toekomst. Als je kiest voor een leven waarin het ontwikkelen van bewustzijn centraal staat, dan begin je aan een zoektocht vol ontdekkingen in jezelf. In het begin lijkt het alsof je door opvoeding en onderwijs je oorspronkelijk integriteit en levensenergie bent kwijt geraakt. In werkelijkheid zijn ze nog steeds aanwezig, maar ze zijn bedekt door angsten en andere gedragspatronen. Die gedragspatronen lijken te verhinderen dat je de volledige verantwoording voor je eigen leven kunt nemen. Daardoor zou je niet meer zelf kunnen bepalen hoe jouw leven eruit gaat zien. Met ELW kun je ervaren dat je -naarmate je bewustzijn toeneemt- meer en meer in contact komt met wie je in diepste wezen bent, met je oorspronkelijke natuur.



### ***Ontdek de bron in jezelf***

Emotioneel lichaamswerk is een effectieve manier om je leven helemaal in eigen handen te nemen. Ieder van ons bezit de persoonlijke kracht die daarvoor nodig is. Je kunt die kracht gebruiken om je verlangens te leven, je relaties te verdiepen, en meer kwaliteit in je leven te brengen.

Het helpt je ook om soepeler om te gaan met moeilijke situaties en met de frustraties van je dagelijks bestaan.

### ***Je gevoel is je kompas***

Emotioneel lichaamswerk is een beproefde methode om te leren navigeren op je gevoelens. Ons gevoel is het beste kompas dat we hebben. Het uitgangspunt is radicaal positief : ieder mens is in wezen volmaakt, ook al voelt het niet altijd zo. Emotioneel lichaamswerk brengt je weer in contact met de levensbron in jezelf, je natuurlijke aard. Als je op deze gevoelens en waarden vertrouwt en ze integreert als leidraad in je leven, zul je merken dat leven gemakkelijker wordt. Je wordt vitaler, gezonder, gelukkiger.

### ***Laat je energie weer stromen***

Lichaamswerk is de sleutel tot je levensenergie. Gerichte oefeningen brengen je in contact met je lichaamsgevoel. Emoties die je jarenlang blokkeert, sla je op in je spieren en organen. Je spieren raken zó verkrampt. Ieder van ons heeft zijn eigen spierpantser ontwikkeld. Door je gepantserde lichaam te ontspannen kun je bevroren emotionele energie toestaan, waarderen en opnieuw laten stromen. In dit proces komen allerlei gevoelens vrij, ook emoties die we doorgaans pogen te onderdrukken zoals woede, angst, frustratie, enz. Als je die ook durft te doorleven, voel je weer echt wie je werkelijk bent en komt er kracht vrij die je in staat stelt een optimale levenskwaliteit te bereiken.

## **Hoe werkt Emotioneel Lichaamswerk?**

De eerste fase : je bewust worden van je lichaam, gevoel, emoties, energie en levenslust

Je leert door middel van lichaams oefeningen en ademtechnieken bewuster te worden van je lichaam. Je krijgt meer binding met je emoties en leert deze op een meer vervullende manier te uiten. Je wordt je bewuster van spanningen en verdrongen emoties. Mogelijk ontdek je dat je iets bent kwijtgeraakt van je levenslust, van je vermogen om te genieten. Je leert te laten zien wat er in je leeft, aan anderen duidelijk te maken waar je staat en wat je bezighoudt. Hierdoor ervaar je weer wie je bent; en dat geeft veel opluchting en blijdschap. Je herontdekt je eigenheid, je laat oude spanningen los en veel fysieke en emotionele klachten verdwijnen als sneeuw voor de zon.

De tweede fase : keuzes maken over hoe je je leven wilt leven

Je ontdekt welke kwaliteiten je hebt en hoe je die inhoudt, hoe je jezelf remt. Je doorziet en doorvoelt wat "aangeleerd" is, wat je niet langer hoeft te beperken. Je krijgt helderheid in de patronen die je je hebt eigen gemaakt. Hoewel deze fase ook pijnlijk kan zijn, is ze zeer boeiend. Je wordt gestimuleerd om nieuw gedrag te oefenen, om je eigen levenshouding te exploreren. Je schept klaarheid in hoe je je leven concreet gestalte wenst te geven : wat wil ik, wat kan ik en wat doe ik in dit leven?

De derde fase : het realiseren van je eigen levenspad

Vanuit je herontdekte verlangens geef je, gebruikmakend van je nieuw verworven inzichten, concreet gestalte aan je dagelijks leven. Je volgt steeds meer de stroom van je leven!



## ***De Technieken***

In zijn ontwikkeling naar een eigen specifiek gezicht laat Emotioneel lichaamswerk zich inspireren door diverse benaderingswijzen. De stamvader van alle lichaamsgerichte therapieën is Wilhelm Reich. Deze geniale pionier stelde reeds in de jaren dertig het principe vast dat lichaam en geest functioneel identiek zijn en dat alle emotionele ervaringen weerspiegeld worden in het lichaam. Hij beschreef als eerste hoe energie zich vastzet in het lichaam als gevolg van emotionele spanningen. Uit deze waarnemingen ontwikkelde hij de "karakterstructuren".

Na hem kwamen vele "Neo-Reichianen" die zijn werk uitdiepten. Zo beschouwen we Alexander Lowen (grondlegger van de Bio-Energetica) als één van onze grootste inspiratoren. We gebruiken tevens encounterstructuren en ademhalingstechnieken. Er is ook een belangrijke input vanuit enkele niet specifiek therapeutische benaderingen waarin het lijfelijk gewaarworden en het verminderen van fysieke spanning centraal staan, zoals de Eutonie van Gerda Alexander, de Sofrologie van Alfonso Caycedo, de Integratieve Massage van Geert Van Coillie en het Chakra-werk van Anodea Judith. Voor de verbale ondersteuning en verwerving van bepaalde mentale houdingspatronen vonden we inspiratie in Gestalt, Focussing en counseling. Van daaruit heeft Emotioneel Lichaamswerk een eigen op groei gerichte benadering ontwikkeld waarbij het "van-zelf-sprekende-lichaam" en het "hier-en-nu" centraal staan.

De technieken van Emotioneel Lichaamswerk zijn gericht op :

- exploreren van de wijsheid van je lichaam
- deblokken en laten doorstromen van de energie in je lichaam
- emotiewerk
- relaxeren
- ontmoeten
- integreren

zoals eb en vloed de zee maken  
vormen en bepalen soms mijn emoties mijn leven  
ze komen en ze gaan,  
telkens weer  
steeds verschillend in kracht en intensiteit  
mijn schuimkoppen en mijn onderstromingen  
maken mijn leven juist zo mooi!!!  
ik voel de levenswind vol door mijn lichaam razen  
sla mijn armen wijd open en schreeuw :  
ik leeeeeeffffff!!  
het zand onder mijn voeten draagt me en ik ga verder ...

(Kees Boekschoten, nav een training Emotioneel Lichaamswerk.)

### ***Individueel Emotioneel Lichaamswerk***

Via lichaamsgerichte oefeningen worden lichaamsspanningen en de ermee corresponderende geblokkeerde emoties geëxploreerd. Samen met je begeleider ga je op zoek naar het verhaal dat jouw lichaam vertelt.

Via het benoemen, het verhelderen en het toestaan van de emoties die bij de gebeurtenissen en patronen in je leven horen, helpt de begeleider je op je weg naar meer zelfacceptatie en zelfkennis.

Je legt een traject af, waarbij je begeleider naast je blijft staan met zijn ondersteuning, terwijl je zelf volledig verantwoordelijk blijft over je eigen leven.

### ***Emotioneel Lichaamswerk in groep***

Het voordeel van een avondcursus waarin men met een vaste groep mensen werkt, is net de verscheidenheid aan mensen in de groep. Via Emotioneel Lichaamswerk-oefeningen en interactie met anderen, kunnen de groepsleden reacties en emoties naar boven laten komen om ze beter te leren kennen. Met steun van de andere deelnemers leren ze zich steeds vrijer te uiten. Blokkades, taboes, niet voluit mogen leven, komen hierbij aan het licht en kunnen opgeheven worden.

## **De opleiding : kort weergegeven**

### ***Eerste jaar***

In het eerste jaar ligt de nadruk op zelf intens ervaren wat Emotioneel Lichaamswerk met je doet. Dit houdt in dat je eigen proces tijdens dit jaar veel aandacht krijgt. De hechte band met je groepsgenoten, gecombineerd met het Emotioneel Lichaamswerk, zal je stimuleren om steeds verder te onderzoeken wie je bent, wat je eigenheid is, hoe je in het leven staat. Ter verdieping van je ervaring oefen en doorleef je de gerichte huiswerkopdrachten; dit zowel individueel als in kleine groepjes. Met ondersteuning van de trainers werk je aan eigen individuele leerdoelen. Zelfkennis is een eerste vereiste voor een goede trainer / begeleider.

Naast je persoonlijke ontwikkeling raak je vertrouwd met de technieken en met de theorie. Je neemt per blok de aanbevolen literatuur door.

### ***Tweede jaar***

In het tweede jaar leer je technieken beheersen die onderdeel zijn van Emotioneel Lichaamswerk. Je ontwikkelt de houding van trainer / begeleider en je oefent om aan een groep mensen geïnspireerd te vertellen wat emotioneel lichaamswerk inhoudt. Zo begin je aan de opbouw van je eigen netwerk.

Je persoonlijk proces wordt nu volledig gerelateerd aan het trainer / begeleider worden. Om binding te krijgen met je vak assisteer je vanaf dit jaar in groepen en/of in het eerste jaar van de opleiding.

### ***Derde jaar***

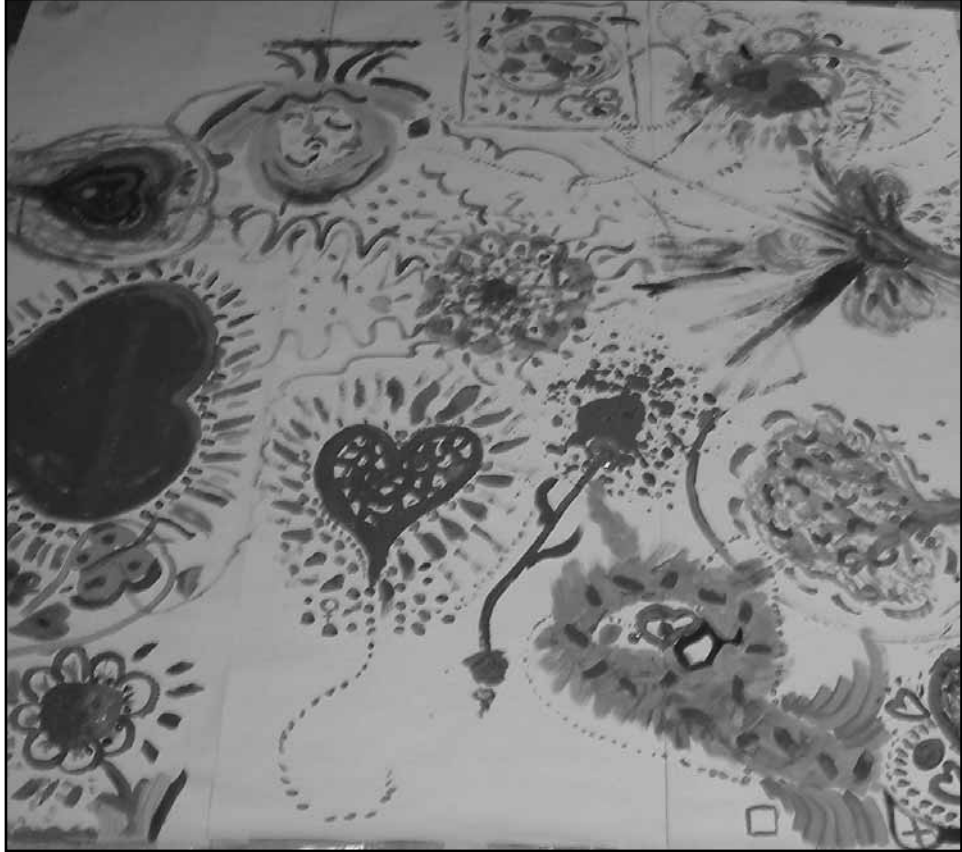
In dit jaar leer je het vak : je leert hoe je Emotioneel Lichaamswerk geeft, hoe je oefeningen en structuren aanreikt, en hoe je een reeks van oefeningen grondig opbouwt.

Je ontwikkelt je eigen stijl. We besteden veel aandacht aan het uitbouwen van je praktijk en aan het begeleiden van avondcursussen, weekends en individuele sessies. Ook dit jaar assisteer je vrij veel, en kan je ook assisteren in het tweede jaar van de opleiding.

### ***Afstudeertraject***

De opleiding wordt afgesloten met een supervisieperiode waarin je je eigen praktijkervaringen onder een vergrootglas kunt leggen. Veel aandacht gaat naar je grondhouding als trainer / begeleider. Je geeft je eigen avondcursus en geeft een weekendtraining. Je kan ook assisteren in het derde jaar.

Je kan het afstudeertraject afleggen in één jaar, of op je eigen tempo. Na het afstudeertraject behaal je het diploma van "Trainer / Begeleider Emotioneel Lichaamswerk".



*een creatieve expressie van groepsontmoeting (2005, Westerlo)*

## De opleiding : concrete invulling

### *Eerste jaar : Technieken ervaren en reflecteren*

Het eerste jaar bestaat uit 7 praktijkblokken (6 x 3 dagen en een afsluitende vierdaagse). In ieder blok werken we lijfelijk en energetisch met een welbepaald lichaamsgebied en onderzoeken de hiermee samenhangende psychische, emotionele en relationele inhoud. Via body-reading en zelfobservatie worden we gewaar hoe dit lichaamsgebied psycho-motorisch functioneert. Daarna volgen oefeningen om spanningsgebieden te deblokken waardoor de energie opnieuw kan doorstromen en geblokkeerde emoties geuit kunnen worden. We kaderen vanuit verschillende invalshoeken.

Voor alle in dit proces opgedane ervaringen is er ruimte tot integratie in jezelf en in het dagelijks leven.



## **Opbouw van de blokken :**

### **- Blok 1 : kennismaking -**

Kennismaken met de groep, je lichaam en de basistechnieken van ELW.

### **- Blok 2 : de benen -**

Thema : grounding, aarding, bestaanszekerheid

In dit blok leggen we letterlijk de basis van al het verdere werk. We schenken aandacht aan onze lichaamsbasis : de voeten en benen. We exploreren onze ervaring van bestaanszekerheid en van fundamentele veiligheid, en onderzoeken wat het betekent om als zelfstandige volwassenen op eigen benen te staan.

### **- Blok 3 : het bekken -**

Thema : seksuele energie en basisvertrouwen

We schenken in dit blok aandacht aan ons bekken en verkennen de beweeglijkheid en de spannings-ontspanningstoestand ervan. We streven naar een bekken dat vrij energie kan opbouwen, vasthouden en laten doorstromen in ons hele lichaam. We verkennen en doorvoelen de thema's : seksualiteit, geven en nemen, grenzen, zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander.

### **- Blok 4 : de buik -**

Thema : kracht, assertiviteit en emotionaliteit

In dit blok schenken we aandacht aan onze buik en onderrug. Dit gebied is letterlijk en figuurlijk de bakermat van onze fundamentele emoties. Onder de navel zit ons hara, het centrum van onze kracht, doelgerichte energie en wilskracht. In onze buik verteren we de voeding (zowel fysiek en psychisch) die we slikken. Wat niet verteerbaar is, kan als een blok op onze maag komen te liggen; we slagen er dan niet in om voeding om te zetten in energie voor het lichaam.

Vanuit onze buik stromen tevens gevoelens opwaarts naar onze expressiekanalen (gelaat, armen en handen). Gevoelens die we geen zuurstof 'willen' geven, kunnen we blokkeren ter hoogte van het middenrif. Spanning in dit gebied zorgt voor een verminderde ademhaling waardoor onze buik minder energie ontvangt. De niet geuite gevoelens zitten geblokkeerd in de buik en veroorzaken daar allerlei spanningen.

- Blok 5 : de borstkas -

Thema : houden-van en sensitiviteit

Ons hart, onze ademhaling en onze bovenrug staan centraal in dit blok. We exploreren de capaciteit om ons hart te openen, ons sensitief af te stemmen naar binnen en naar buiten. We geven aandacht aan onze ademhaling als fundamentele bezielende kracht van ons energetische lichaam, en aan onze rug als beschermend schild, opslagplaats van "teruggehouden" emoties en als plek waar we ruggengraat aan ons leven kunnen geven.

- Blok 6 : de armen, schouders en het hoofd -

Thema : expressie, communicatie en zelfrealisatie

We focussen nu op onze bovenste ledematen en ons hoofd als communicatie-, expressie-, en aardingskanalen naar de ons omringende wereld. Hoe komen we in aanraking met de mensen en dingen rondom ons? Hoe laten we "onze stem horen" en hoe realiseren we onze verlangens in het leven?

- Blok 7 : het gehele lichaam -

Thema : energiedoorstroming en zelfreflectie

In dit laatste blok kijken we naar ons lichaam als geheel. Hoe zit het met de energiedoorstroming, levendigheid en beschikbaarheid van ons bezielde lichaam?

Veel aandacht gaat uit naar zelfevaluatie van onze potentie om ons lichaam gewaar te worden, te openen en te laten doorstromen, expressie te geven aan onze gevoelens, de ont-moeting aan te gaan, ons te ontspannen en dit alles te integreren in ons dagelijks leven.

### **Je engageert je om :**

- Zeer regelmatig, minimaal 3 keer per week, huiswerkserie lichaamswerk te doen.
- 1 dagdeel per 2 weken oefenstof uit te wisselen met medestudenten.
- Literatuur te verwerken van het betreffende blok en het lezen van een basisboek.
- Een schriftelijke evaluatie van ieder blok te maken en een voorbereiding van het volgende blok.
- Een aantal individuele sessies ELW te nemen in de loop van het jaar.

## ***Het tweede jaar : Het aanleren van de technieken***

Het tweede jaar bestaat uit 6 blokken (6 x 4 dagen) en 2 theoriedagen. In ieder blok wordt één van de diverse soorten technieken uitgediept. Zowel individueel als in de huiswerkgroepen ga je deze technieken verder inoefenen. Ook het doornemen van literatuur en het aan de slag gaan met de individuele leerdoelen blijft aandacht vragen.

### **- Blok 1 : Gewaarworden en observeren-**

In dit blok onderzoeken we hoe we ons lichaam gewaar kunnen worden via vrije en geleide concentratie. In de body-reading leren we via fenomenologische observatie te kijken, te voelen en te luisteren. Daarnaast is er de interpretatieve observatie zoals het spiegelen, het inleven, het metaforiseren en de op karakterstructuur gestoelde verhoudingstypologie.

### **- Blok 2 : Ontmoeten en grondhouding trainer / begeleider -**

We verkennen de individuele en groepsgerichte ontmoetingsstructuren uit het Emotionele Lichaamswerk. In dit blok verdiepen we de grondhouding van waaruit een trainer / begeleider ELW zijn cursisten benadert en begeleidt.

### **- Blok 3 : Doorstroming door actief dynamisch lichaamswerk -**

In dit blok leren we hoe we blokkades kunnen benaderen via :

- Ademwerk
- Vibratie-oefeningen
- Stretching
- Stressoefeningen
- Actieve mobilisaties

- Blok 4 : Emotiewerk -

Hier behandelen we de aard en de dynamiek van de emoties waarmee we vaak te maken krijgen zoals woede, verdriet, angst<sup>1</sup>, schaamte.

Je oefent hoe je iemand naar emoties leidt en hoe je hem/haar bijstaat in het beleven, uiten en omvatten van deze emoties. We leren vervolgens hoe je op een intelligente wijze naar je gevoel kunt luisteren.

- Blok 5 : Belichamingstechnieken -

In dit blok leren we de technieken om tijdens het Emotioneel lichaamswerk opgedane ervaringen in onszelf een plek te geven en te integreren.

Dit omvat :

- gesprekstechnieken (body-talk, focussing, gestaltwerk, in- en uitzoemen)
- visualisatietechnieken (geleide fantasie, mentale voorstelling...)
- uitdrukkingvormen (schrijven, tekenen, verven, boetseren....)

- Blok 6 : doorstroming, relaxatie en integratie door zacht lichaamswerk -

In dit blok leren we hoe spanningen te verminderen en je lichaam gewaar te worden via :

- relaxatietechnieken (sofronisatie, musculaire relaxatie, senso-relaxatie)
- massagetechnieken (klassieke-, dynamische en polariteitsmassage)
- gewaarzijnsstructuren (dynamische structuur, schudstructuur, totale dans etc.)

Er zijn ook 2 theoriedagen anatomie.

<sup>1</sup>Zowel vrees als angst kan je gewaarworden als fysieke sensaties. Vrees voel je echter vlak voor je iets gaat doen wat spannend of gevaarlijk is, terwijl angst voortkomt uit een mentale gedachte en dus ook onbewust kan zijn.

### ***Het derde jaar: Het overdragen van technieken***

Dit jaar bestaat uit 26 dagen (6 x 4 dagen, 3 theoriedagen). Dit jaar oefen je het geven van emotioneel lichaamswerk. Je krijgt de didactiek van het vak onder de knie en wordt geïnformeerd over alle praktische aspecten die bij het opzetten van een praktijk komen kijken.

Iedere ochtend geven de studenten aan hun medecursisten een zelf opgebouwde ELW-sessie. Hierop krijgt men feedback van de medestudenten en de docent. Deze sessie wordt opgenomen op video waarmee men thuis aan de slag kan gaan om zichzelf nog dieper te evalueren. Dit resulteert in een door de studenten zelf opgebouwde reeks van 10 avonden emotioneel lichaamswerk die ze gedurende het vierde supervisiejaar zullen geven in hun zelf op te zetten praktijk.

In de namiddag oefent men het aanbieden van bepaalde specifieke Emotioneel Lichaamswerk-technieken en worden didactische handvaten theoretisch en praktisch doorgenomen. Thema's die aan bod komen : het geven van een individuele sessie ELW, het begeleiden van gesprekken en open rondes, praktische aspecten bij het geven en voorbereiden van een avondreeks ELW, psychopathologie, ethiek enz.

Verschillende docenten uit de opleiding geven in het derde jaar elk een blok. Hierdoor kan je je maximaal laten inspireren door ieders persoonlijke stijl van werken en leren van ieders jarenlange specifieke ervaring. Iedere docent kan ook zijn eigen specialisatie in het Emotioneel Lichaamswerk nog even extra aandacht geven.

In het laatste blok geeft iedere docent nog één dag. Thema's als het geven van een weekend ELW, individuele coaching en het concreet werken met de verhoudingsstructuren komen aan bod.

## ***Afstudeertraject***

Tijdens dit afstudeertraject ga je de in het derde jaar ontwikkelde avondcursus en een weekend zelf geven. Daarnaast geef je minimaal 3 individuele sessies ELW. Van deze avonden en sessies maak je verslagen. Ervaringen, knelpunten en vragen die je bij deze praktijkvoering tegenkomt, breng je in tijdens de supervisedagen. Je maakt een praktijkfolder en een persoonlijke evaluatie over jouw ontwikkeling gedurende 3 jaar opleiding.

Je kan dit afstudeertraject volgen in één jaar, of op je eigen ritme. Aan het einde van één jaar wordt een diploma-uitreiking georganiseerd voor de afgestudeerden.

## **Toelating tot de opleiding**

De opleiding staat open voor mensen die ervaring hebben met Emotioneel Lichaamswerk. Tevens hebben zij de uitdrukkelijke wens anderen op een professionele en deskundige wijze te begeleiden. Deelname aan de opleiding veronderstelt het vermogen om het eigen functioneren als lerende mens en als aanstaand trainer / begeleider voortdurend ter discussie te stellen.

Toelating vindt plaats na een introductiedag en/of toelatingsgesprek.

## **Beroepsperspectief**

Als afgestudeerd Trainer / Begeleider Emotioneel Lichaamswerk kun je een eigen praktijk opzetten. Je bent bekwaam om groepstrainingen te geven waarin je mensen ondersteunt in hun persoonlijke ontwikkeling. Daarnaast ben je in staat cursisten uit je groepen individueel te begeleiden.

In België hebben de trainers / begeleiders zich verenigd in een netwerk, NEL (Netwerk Emotioneel Lichaamswerk).

Binnen deze vereniging wordt onder meer zorg gedragen voor :

- de uitbouw van een kwalitatief hoogstaande opleiding
- kwaliteit van het beroep en zijn specialisaties
- bij- en nascholing



## Begeleidingsteam



*Boven : van links naar rechts : Dymfna De Leeuw, Inge Leemans, Syntia Van Erdeghem  
Onder : van links naar rechts : Lieve Valvekens, Geert Van Coillie, Rob Hermans*

## Begeleidingsteam



### **Geert Van Coillie (° 1947)**

Reeds meer dan 35 jaar lang begeleid ik mensen via lichaamswerk. Samen met Ted Wilson stond ik aan de wieg van het Emotioneel Lichaamswerk en was ik de architect van de opleiding in zijn huidige vorm. Naast dit actieve, dynamische lichaamswerk ben ik ook de vader van de Integratieve Massage waar ik meer de subtiële, zachtere kant van mijn werk doorleef. De laatste 15 jaar leid ik voornamelijk studenten op tot het heerlijke beroep van lichaamswerker. Dit was, is en zal wel altijd mijn grote passie blijven! Veel van mijn werk doe ik vanuit mijn eigen opleidingsinstituut " De Stroming ". In deze opleiding beschouw ik mezelf als inspirator van het geheel en wil ik de studenten voornamelijk meenemen naar hun "Vanzelfsprekende" en hun "Ontspannende" Lichaam .  
Web : [www.destroming.com](http://www.destroming.com)



### **Inge Leemans (° 1971)**

Tijdens mijn ingenieursstudies miste ik iets heel essentieel ... de wereld van emoties, het voelen kloppen van mijn eigen hart, het vuur van mijn passie. Ik ben mij vervolgens gaan opleiden in o.a. emotioneel lichaamswerk, astrologie, sexual grounding, tantra. In 2001 heb ik dé-luna opgericht waarbinnen ik groepen lichaamswerk en tantra geef. Reeds langer begeleid ik mensen individueel in hun groeiproces. In 1996 heb ik de opleiding "Bio-energetisch Emotioneel Lichaamswerk" afgerond bij de Stroming (BE) in samenwerking met het Instituut voor Emotioneel Lichaamswerk (NL). Ik wil cursisten graag ondersteunen om hun eigenheid te vinden in de opleiding.  
Web : [www.de-luna.be](http://www.de-luna.be).



### **Syntia Van Erdeghe (° 1972)**

In de communicatie die ik met mijn partner en directe familie had, nam ik waar dat mijn lichaamstaal een andere uitstraling had dan mijn gesproken taal. Eveneens in mijn job van educatief medewerker zag ik dat dit zich afspeelde bij de deelnemers. Geboeid door wat ik ontdekte, leidde mijn pad naar Emotioneel Lichaamswerk. Meer en meer werd het luisteren naar mijn lichaam mijn kompas in communicatie en contacten met anderen. Ik deed de opleiding tot trainer Emotioneel Lichaamswerk, de adem-specialisatie, encountertrainingen, opleiding familieopstellingen en vele andere totdat ik me gekneed genoeg voelde om mijn beroep te gaan uitoefenen. Mijn praktijk is gebundeld onder [voelen.be](http://voelen.be). Ik ben heel blij dat ik mijn passie, emotioneel lichaamswerk, kan doorgeven in de startende opleiding tot Trainer Emotioneel Lichaamswerk.  
Web : [www.voelen.be](http://www.voelen.be).

## Begeleidingsteam

### **Rob Hermans (° 1963)**

Criminoloog, gescheiden en opnieuw getrouwd, vader van twee jong volwassen dochters. Maar bovenal begeistert en enthousiast over het werk dat ik koos en sinds tien jaar met hart en ziel uitoefen. In 1996 richtte ik samen met mijn partner emovere op waarbinnen ik, in een intense samenwerking met diverse collega's, een breed aanbod van lichaamsgerichte technieken aanreik. Ik ben dankbaar dat ik toeschouwer en gids mag zijn bij de intense groeiprocessen die mensen doormaken.

Naast emotioneel lichaamstherapeut ben ik ook reiki-leraar. In mijn aanvoelen staan beide methodes niet naast elkaar, maar vormen ze polen van een eenheid. Reiki vertolkt mijn Yin-pool, lichaamswerk mijn Yang-pool, en beide bevruchten elkaar.

Web : [www.emovere.be](http://www.emovere.be)



### **Lieve Valvekens (° 1947)**

Door opvoeding, studies, moederschap en werk was ik een plichtsbewuste, nogal strenge en vrij rationele vrouw geworden. Via lichaamswerk heb ik weer contact gekregen met de oorspronkelijke Lieve, erg gevoelig en levendig. Op die tocht naar mezelf heb ik erkenning en mildheid leren kennen. Dit bracht me tot zelfrespect en integriteit.

Aan de therapeutische ervaring van 21 jaar, waarin ik medevoelen en helder inzicht ontwikkelde, heb ik ondertussen intuïtie en vertrouwen in mensen toegevoegd. In dit groeiproces, dit herontdekken, wil ik mensen de maximale ondersteuning aanreiken, zodat ook zij de echtheid en de intensiteit van hun leven weer mogen beleven.



### **Dymfna De Leeuw (° 1971)**

Ik ben opgeleid als maatschappelijk werker en criminologe, werk reeds meer dan 10 jaar met mensen en ondersteun hen in hun zoektocht naar een gelukkiger leven. Momenteel ben ik deeltijds actief als gezinsbegeleidster in de bijzondere jeugdzorg.

Op mijn eigen weg naar verdieping, kwam ik in aanraking met emotioneel lichaamswerk wat mijn leven enorm verrijkte. Gepassioneerd en verlangend om dit zelf door te geven, volgde ik de opleiding tot trainer aan het Instituut voor Emotioneel Lichaamswerk (NL).

Daarnaast volgde ik diverse opleidingen in oa creativiteit, ademwerk en contextuele begeleiding. Sinds 2001 begeleid ik groepen waarin ik mensen uitnodig via ELW meer in contact te komen met hun eigen levenskracht.

Graag wil ik met mijn eigen ervaring de cursisten bijstaan in hun persoonlijke ontwikkeling.

