



## 4-jarige opleiding tot Gestalt-Art therapeut

*Wat een prachtig vak en wat een mogelijkheden.*

*Ook Gestalt-Art therapeut worden ?*

*Gestalt-Art therapeut kun je niet worden zonder zelf cliënt te zijn. Wat jezelf niet verwerft en vrijmaakt kun je een ander ook niet geven.*

*Meld je aan voor één van de voorbereidende (propedeuse) jaren van de Gestalt-Art opleiding. Om het jaar start het 4-jarige kernprogramma.*

## Inhoudsopgave:

Gestalt-Art therapie	1, 2, 3, 4
Gestalt-Art als projectie	5
Gestalt-Art als zichtbrenger in Wat	6, 7
Art/beeldende vormen	8
Gestalt-Art als vertegenwoordiger van Zelf	9, 10
Gestalt-Art en bewustzijn, 'met nieuwe ogen'	11, 12, 13
Creativiteit	14, 15
Gestalt-Art als zichtbrenger in Hoe	16
Gestalt-Art en eigenen, bekrachtigen en bestendigen	17, 18
Gestalt-Art therapeut	19
Cliënt	20
De kracht en pracht van Gestalt-Art therapie	21, 22
Gestalt-Art therapeuten opleiding 4-jarig kernprogramma bij OLFLO Breda	23, 24, 25



## **Gestalt-Art therapie**

Gestalt-Art therapie is een vorm van psychotherapie. Het wordt ook wel de therapie van het contact genoemd. Gestalt-Art therapie staat voor bewustzijnsontwikkeling en groei. De grondleggers van deze therapievorm zijn Laura en Fritz Perls, 50-er jaren van de vorige eeuw.

Gestalt-Art is een holistische therapievorm. Het gaat uit van de mens als geheel en van het gegeven dat een deel het totaal beïnvloed. Lichaam, emotie en intellect zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Gestalt-Art gaat uit van gezond en gaat niet uit van ziek, diagnoses en etiketteren.

### ***Gestalt***

Een gestalt is een zinvol geheel, een cirkel, lopend van een behoefte tot bevrediging hiervan. De cirkel is dan rond. Elke mens maakt vele gestalts gedurende een dag. Dit is een natuurlijke, gezonde beweging. In deze cirkelgang kunnen zich storingen voordoen, soms op belangrijke gebieden in je leven. Dit zijn onaffe gestalts die zich steeds weer aandienen in het nu, vragend om bevrediging, om aandacht. Vaak verwijzen deze onaffe gestalts naar patronen, structuren of gebeurtenissen in je leven die, onbewust, steeds weer leiden tot herhaling van je gedrag.

In gestaltwerk onderzoek je, in het hier en nu, deze patronen en onderliggende structuren. Dit leidt vaak tot inzicht, doorzicht en vervolgens tot verandering van gedrag.



Gestalt-Art gaat uit van jouw dagelijks leven. Er wordt niet gespit, geanalyseerd en geëtiketteerd, in plaats daarvan werken we ervaringsgericht in het hier en nu. We 'praten niet over' maar doen met behulp van contactexperimenten onderzoek naar jouw ingebrachte leer(hulp)-vragen. Een belangrijk groundbegrip is het hier en nu. In Gestalt-Art is in het hier en nu alles aanwezig. Het hier en nu ervaren staat voorop.

Het werk doet doorgaans eerder een beroep op de ontwikkeling van je gevoelsfunctie dan op het, vaak al aanwezige, rationele vermogen. Je leert je verbinden met je authenticiteit en deze volgen.



Gestalt-Art therapie is geschikt voor alle mensen die verantwoordelijkheid willen (leren) nemen voor hun levenservaringen. Je wilt signalen die jouw organisme geeft onderzoeken en meer levensvreugde ervaren. Dit kan het volgende inhouden:

***Behoeftes aan groei, bijvoorbeeld:***

- ontwikkelen van je intuïtie/ spiritualiteit/ creativiteit/mogelijkheden en deze inzetten in je dagelijkse leven
- jouw gewaarzijn en bewustzijn ontwikkelen
- de betekenis (leren) zien van jou leven en beelden
- je leren uitspreken/ grens geven/ plezier beleven/ behoefte volgen
- leren kennen en inzetten van loslaten, overgave/ controle
- existentiële vragen
- je oordelen onder ogen komen/ schaduwkanten ontdekken/ eigenen
- leren kiezen, eerlijk zijn en trouw zijn aan jou
- zichtbaar worden en jouw grond maken
- Onderzoek doen naar jou stress, burn-out/ altijd moe zijn
- depressie/ angsten/ verwarring
- boosheid, en je weet je hiermee geen raad
- verwerken van gebeurtenissen en trauma's
- piekeren/ jezelf kwijt zijn/ niet (meer) weten wat jij wilt
- (vage) lichamelijke klachten zonder medische oorzaak



Gestalt-Art therapie is een hoopvolle benadering. Je lichaam, je beeld, je stem, gebeurtenissen, alles doet pogingen om je zicht en besef te brengen voor jouw groei. Zodat je kunt worden wie je werkelijk bent. Dat heet in de Gestalt-Art zelfhelend vermogen.

Je hebt alle kwaliteiten in huis, sommige zijn alleen uit het zicht geraakt. Je hoeft niets af te leren, je kunt er alleen bij halen.

In onze praktijk hebben we een sterke verbinding ontwikkeld met Gestalt en Art. Ook het 4-jarige kernprogramma van de opleiding tot Gestalt-Art therapeut is hierop gestoeld.

## ***Gestalt-Art als projectie.***

Alles in de wereld heeft een eigen beeld. We zien door middel van beelden. Beelden in ons en beelden buiten ons. Bestaande beelden en eigen gemaakte beelden. Tastbare beelden en fantasie beelden. Wanneer je benoemd maak je een beeld, maak je vast en zichtbaar. Ondanks dat de beelden feitelijk hetzelfde zijn, kijkt iedereen op zijn eigen unieke manier. Dat noemen we voorgrond. Ieder heeft en maakt een andere voorgrond. De voorgrond kan steeds veranderen en ook langere periode dezelfde blijven. Bijvoorbeeld bij een traumatische gebeurtenis; je denkt steeds aan dat ongeluk of aan je overleden moeder. Jou voorgrond brengt je bij een unieke persoonlijke leermogelijkheid.

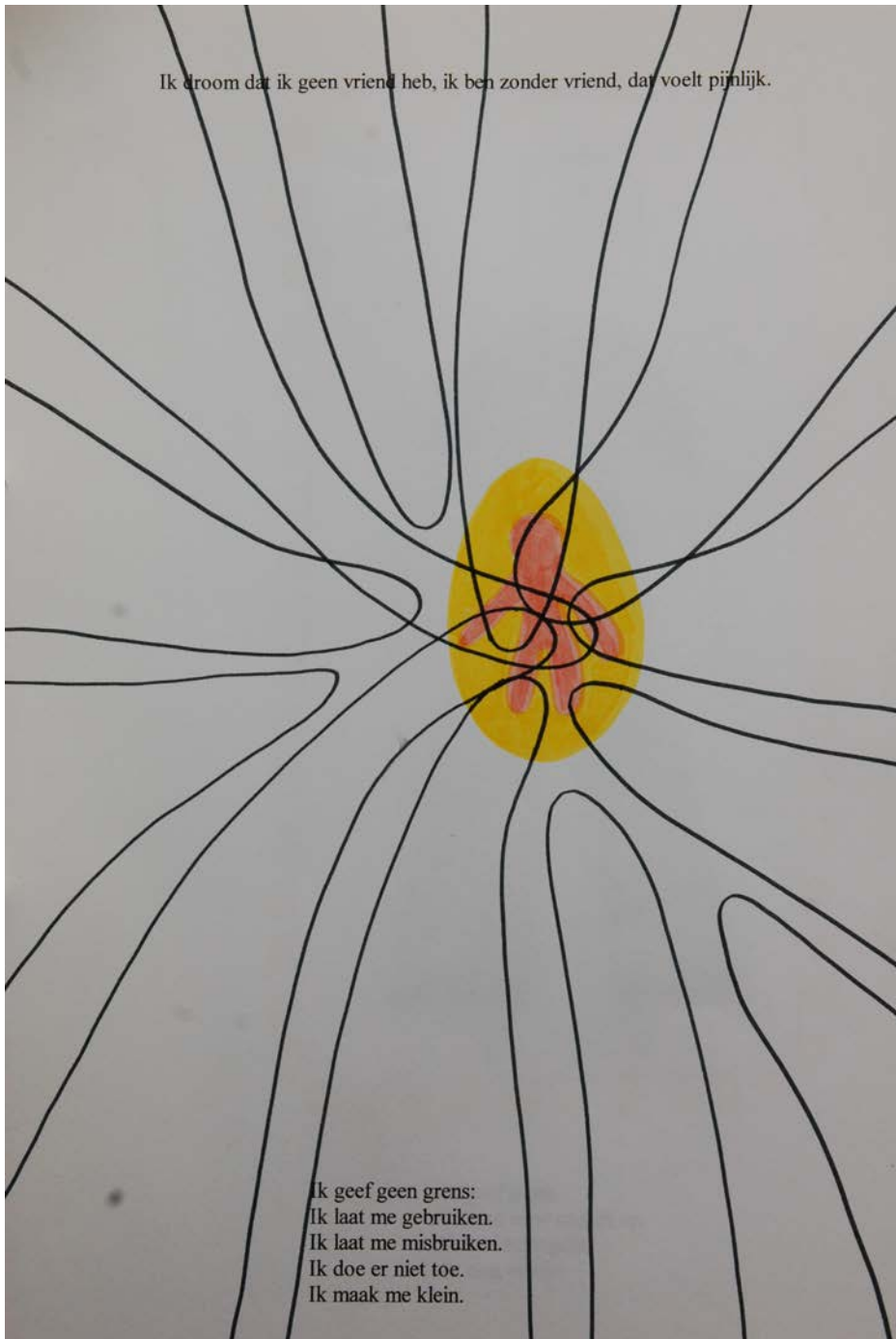
Jou voorgrond in beeld, of dit nu bestaande of eigen gemaakte beelden zijn, brengen je direct bij leermateriaal en/of onaffe zaken.

Beeld loopt voor op je bewustzijn. Je intuïtie, oftewel gewoon maar een dotje doen, heeft grote wijsheid. Het loopt voor op je bol, je ego/wereld-ik en op dat wat je al weet. Het geeft je altijd nieuwe informatie, het brengt steeds onbewuste delen in beeld en daar valt dus veel te halen. Wanneer je beseft op dit nieuw (speciaal voor jou krijgt) brengt je dat een hoop aan bewustzijn en groei. Via beeld krijg je zich op jou. Beeld is een echte cadeau brenger als het over bewustzijn gaat.



## **Gestalt-Art als zichtbrenger in WAT**

Je benoemt zelf jouw voorgrond. De voorgrond is subjectief en is voor iedereen dus anders. Benoemen van deze voorgrond is essentieel, zonder dat zal er geen besef/bewustzijn ontstaan. Als je het **wat** niet benoemd ontstaat er geen vast en kan er geen kwartje vallen.







Alles in het leven is er op gericht om al wat leeft zoveel mogelijk tot hun recht te laten komen. Om dat te worden wie je werkelijk bent, om heel te worden/ te zijn. Om alle delen in jou te (h)erkennen en er waarde aan te geven. Beeld brengt je nu net die delen die in je schaduw liggen en waardoor je als je dit in het zicht krijgt, actie kunt ondernemen en meer heel wordt.

Gestalt, geheel, geheler, geheeld, gelukkiger mens

In Gestalt leer ik me verbinden met de delen in mij, in plaats van hier strijd mee te voeren.

### **Art/ beeldende vormen:**

Middelen waarmee je eigen beelden kunt maken zijn bijvoorbeeld: steen- hout- metaal- textiel- klei bewerken, tekenen, schilderen, schrijven, fotografie, film, mix-media. Maar ook dromen, sprookjes, geleide fantasie, lichaamswerk, dans, stem, zang, muziek, opstellingen, kortom alles wat zich in materie/ in beeld zichtbaar maakt.

Wanneer je in een beeldende creatieve vorm werkt, eigen beelden maakt, brengt dit letterlijk een beeld. Dit is een zichtbaar, vast en tastbaar iets. Je kunt naar het gemaakte ding kijken. Het heeft een vorm, een maat, kleur, materiaal, structuur, textuur.

Wanneer je muziek maakt, danst of je stem gebruikt heb je geen tastbaar/vast beeld. Bij deze vormen van creativiteit kun je film of fotografie als beeld gebruiken en je werk opnemen, zodat je opnieuw kunt kijken. Je kunt ook je stem of muziek spel opnemen en dit afluisteren, zodat je hierin kunt projecteren.





***Gestalt-Art als vertegenwoordiger van 'zelf'.***

Wanneer je in een creatieve vorm werk maak je een directe verbinding met je hart, zelf, authenticiteit, met dat wie je werkelijk bent in het nu. Je doet een beroep op je voelen, je niet weten en je intuïtie/ ingeving. Deze hebben grote wijsheid. Werken in een creatieve vorm is voedend en thuiskomen. 'Zelf' iets maken is scheppen en oorsprong/keljk. In je creëren maak je ook verbinding met jou spiritualiteit.

Je kunt er op vertrouwen dat je beeld juist dat brengt wat nodig is voor jouw ontwikkeling en groei. Daar hoef je niets bijzonders voor te doen.



Je maakt verbinding met zelf. Zonder oordeel kunnen zijn. Dit gaat dieper dan de egolaag van mooi- lelijk, goed of fout. Er is geen voorwaarde in hoe je tot het maken/creëren van je beeld komt, in die zin maakt het niet uit. Je beeld is altijd een weergave van jou. Via beeld krijg je zicht op jou.



### ***Gestalt-Art en bewustzijn, met nieuwe ogen***

Soms wil je dat je werk .....wordt of dat het er..... uit gaat zien. Vaak is er iets wat nu net niet aan je verwachtingen voldoet en je ervaart dit als jammer. Soms kun je je creativiteit wegdoen omdat het steeds niet is wat je verwacht of wilt en je teleurstelling oploopt. Je hebt dan een beeld en het beeld klopt niet met wat je in je hoofd hebt. Je kijkt dan naar wat het niet is. Je kijkt dan naar wat jij niet bent. Je komt dan in je veroordeling, van goed en fout.

Als je met nieuwe ogen kijkt, kijk je naar wat er wel is, kijk je naar wat er zich uit je onder bewustzijn aandient, zonder oordeel. Of met oordeel en dan kom je die onder ogen en krijg je hier besef op.

Met nieuwe ogen naar je werk/beeld kijken, bedoelen we niet met de ogen van wat je had gewild, bedoeld of gehoopt. Met nieuwe ogen is alsof je dit werk/beeld voor het eerst ziet. Als je met nieuwe ogen naar je beeld kijkt en dit fenomenologisch benoemd en dit naar jou haalt (ik ben), dient er zich altijd iets uit je onbewuste aan. Je benoemd dat wat er werkelijk is.

In je beeld aanwezig zijn (zelf aan het werk) en met afstand opnieuw kijken zijn 2 grote bouwstenen.

Beeld en met name eigen gemaakte beelden zijn van jou, je ervaart jou in het maken, je maakt jou hierin mee, je eigent het beeld. Je zit in het werk als je dit maakt. Je lijf is het beeld makend, je lijf geeft expressie. Je bent het beeld. Je eigent de materie.

Om met nieuwe ogen te kunnen kijken is het nodig om met enige afstand naar je werk te kijken.

Het van een afstand bekijken is bij beelden gemakkelijk. Wanneer je muziek maakt, danst of je stem gebruikt is dat lastiger, je hebt hierbij geen tastbaar/vast beeld. Je kunt niet met afstand naar jou kijken. Bij deze vormen van creativiteit kun je film of fotografie als beeld gebruiken en je werk opnemen. Dit om met enige afstand naar je beeld te kunnen kijken en nieuw in je bewustzijn te krijgen. Je kunt ook je stem of muziek maken opnemen en dit afluisteren, zodat je hierin ook kunt projecteren.



Dat wat zich in beeld laat zien is van waarde, in welke hoedanigheid dan ook.





Creativiteit zit niet in wat je al weet of kent maar juist in oog hebben voor nieuw.  
Creativiteit gaat verder juist verder dan wat je kunt controleren.  
Creativiteit is juist gebruik maken van mogelijkheden.  
Je creativiteit leven is voeding voor je hart.





Creativiteit = vrijheid

Vrijheid = creativiteit

Gezondheid en groei hebben een verbinding met creativiteit. Creativiteit is een belangrijke helper in een gezond en groeizaam leven.

## ***Gestalt-Art als zichtbrenger in HOE***

Alleen in de vorm werken of met de ander(en).

Hoe ben ik bezig in m'n vormwerk. Hoe voelt m'n lichaam, welke emotie voel ik, welke gedachte heb ik. Wat kom ik hierin tegen?

Opwinding, oordelen, weersin, weerstand, zin, retroreflectie, angst, confluentie, concurrentie, vergelijken, responsief gedrag, creëren, willen voldoen aan je omgeving, stromen, presteren, enz. kun je in je vormwerk tegen komen.

## ***Creëren/spelen***

Creativiteit gaat over spelen en in spelen ontstaan automatisch ontdekkingen en nieuw. Sta eens stil bij de waarde die wij geven aan:

- ons hoofd denken, weten, presteren, materie.
- hart, spelen, intuïtie, 'niet weten', voelen, volgen

Bijna ieder kind speelt, bevoelt, bekijkt, ontdekt, geniet, volgt z'n impuls. Je bent in contact met jou en met je omgeving. Je bent trouw aan jou en aan dat wat in je opkomt. Je volgt jou als de gewoonste zaak van de wereld. Je overweegt niet, analyseert niet of hebt geen vol denkend hoofd. Je volgt je lijf en je handen. Je bent als een stroom, je gaat vanzelf. Je bent er met wat er op dat moment is, je bent hier en nu. Je bent echt, je leeft.

Misschien dat we ons daarom soms ongemakkelijk voelen bij spelen. Onze echte, directe kant wordt dan zichtbaar, ons zelf in beeld. In spelen verlies je je controle.

**Spelen.** Doe jij het nog ?





### ***Gestalt-Art als eigenen, bekrachtigen, bestendigen***

Om jouw besef te bekrachtigen/ bestendigen, grond te geven en te laten wortelen.

Om kwaliteiten/ eigenschappen en delen van jou eigen te maken.

Jouw beeld kun je een plek in je ruimte of op je lichaam geven als herinnering aan jouw nieuwe gebied. Het beeld helpt je om het nieuwe in je besef te houden, en om met nieuwe mogelijkheden te experimenteren.



Groei ontstaat waar je controle loslaat.

Nieuw ontstaat in het niet-weten oftewel het vertrouwen/overgave gebied.

Groei is ook een stukje sterven aan het oude en het nieuwe verwelkomen.

Groei vraagt bij tijd en wijlen ook om te springen en op hoop van zegen. Je kunt het niet weten.

Groei mag je ook doen in jouw tempo.

Of je groeien wil of meer levend worden of erbij wilt halen is aan jou.

Je kunt je spannend vertalen in angst en zo ontwijken, verstijven of vastzetten.

Je kunt je spannend vertalen in opwinding en zo uitreiken en in beweging komen zonder risico geen groei.



### ***Gestalt-Art therapeut***

Als je als therapeut stroomt, kun je je cliënten mogelijk een stukje in hun stroom brengen. Daarmee ontstaat een steeds bredere rivier van groei en leven. Groei en leven is stromen, ontdekken, spelen en creëren.

Vervulling in je leven vinden, realiseren wat jij wilt heeft in belangrijke mate te maken met zingeving. Hoe geef je je leven zin? Wat is in de grond eigenlijk gezond en ziek? Wat is zelfrealisatie? Wat is creativiteit en gebruik maken van mogelijkheden? Wat is 'hier & nu'? Wat is groeizaam contact? Wat is ontplooiën? Zijn er verbindingen tussen lichaam, geest en zichtbaar worden in de wereld? Wat is wereld-ik en wezen-ik? Hoe zet je beelden in voor jouw groei? Wat is de betekenis van je dromen?

In onze Gestalt-Art opleiding gaan theorie, ervaren en Art hand in hand. Je leert levensprocessen te begeleiden en te ondersteunen. Je leert jouw beeldtaal en die van anderen te lezen en groeizaam in te zetten.

**Ook Gestalt-art therapeut worden ?**

Gestalt-art therapeut kun je niet worden zonder zelf cliënt te zijn. Wat jezelf niet verwerft en vrijmaakt kun je een ander ook niet brengen.



## De kracht en pracht van Gestalt-art therapie

***In gestalt heb je de moed om naar dat wat onaf is, toe te gaan i.p.v. je energie richten op er vandaan te blijven.***

Je kunt je beheersen, controleren, ontkennen, er vandaan gaan, je ongevoelig maken, je (proberen te) ontspannen, je in liefde hullen, afsluiten, er mee omgaan met tips en trucs zoals je energie op wat anders richten, oplossingen zoeken in je hoofd, medicijnen gebruiken, jou in je lijf zoeken/ je beperken tot je lijf wat 'zieke' signalen geeft (in gestalt zijn dit gezonde signalen), je verliezen in fantasieën, drank, seks, drugs of geweld, enz.

Dat is allemaal in de oppervlakte, in jouw oppervlakte.

Gestalt gaat over daar waar je hebt opgelopen, daar waar je bent geblokkeerd en gesloten, daar waar je een deel van jou bent verloren. Gestalt gaat over diepte, daar waar de wortel ligt.

Er komt een cliënt bij me en zegt ik stagneer in mijn creativiteit. Er komt niets uit mijn handen. Ze heeft al van alles gedaan om in haar creativiteit te gaan stromen. Bij mij zoekt ze inspiratie.

In de oppervlakte kan ik haar van alles aan gaan dragen.

Ze woont en leeft alleen. Heeft wel een partner gehad maar deze relatie is al lang geleden gestrand. Ze voelt hier nog steeds verdriet van. Ik geef mijn essentie aan de ander, ik verlies mezelf, mijn hele leven draait dan om die persoon, ik heb geen grens. Ik weet ook nooit of ik het wel goed doe.

Ik zie dat ze hier onder lijdt en natuurlijk lijdt ze aan deze structuur. De wortel van deze structuur ligt in haar jeugd.

Ze groeit op als enig meisje in een groot jongens gezin. Ze deelt niet en voelt zich eenzaam. Haar moeder uit zich nederig en heeft het zwaar en heeft depressieve periodes. Ze draait soms als meisje/jongen vrouw het grote gezin. Waardering voor het vrouwelijke is er niet of nauwelijks. Haar vader gaat vreemd.

De structuur die in haar jeugd is gelegd kun je zo op het nu plaatsen. De structuur is precies hetzelfde. Je kunt van alles aan hulpverlening en therapieën in de oppervlakte doen maar echt veranderen doe je niet. Je raakt steeds verder van huis. Soms zo ver dat je verdwaald en je weg naar huis moeilijk terug kunt vinden. Je leert dan overleven, met het leven om gaan maar dat is toch wezenlijk anders dan het leven te leven.

Je hoeft niet te graven naar onaf want die structuur is nog precies hetzelfde, die dient zich gewoon in het nu aan. Alle onaffe zaken of gestalts dienen zich in het hier en nu aan, daar hoef je niets bijzonders voor te doen.

Ze zegt dat haar emmer geregeld over loopt, dat ze ontploft, geïrriteerd en kribbig is.

Ik vraag haar bij wie haar ontploffen, irritatie en boosheid echt hoort. Dat blijkt haar vader te zijn. De volgende mannen in haar leven zijn net als haar vader. Haar boosheid en haar pijn naar haar vader, heeft ze nooit in contact gebracht. Die energie leeft ze niet in plaats daarvan gebruikt ze haar energie om haar boos en pijn eronder te houden. Boos en pijn zijn krachtige energieën, je hebt dus ook nogal wat energie nodig om deze er steeds onder te houden.

Haar ontploffen, irritatie, kribbig en boos zijn uitermate van betekenis. Dit is een gezonde reactie. Helaas wordt dit maar weinig gezien, ook in hulpverlenersland. Het zou er uit zien als je je over je onderdrukte en veel te zwaar belaste positie als kind niet boos voelt. Dat is ook om uit je vel te springen. Als dit niet in contact gebracht wordt bij degene bij wie dit hoort, bij degene waarbij je dit oploopt blijf je onaf, kom je niet rond. In ieders leven dienen zich steeds situaties aan om dat wat onaf is, rond te maken. Die situaties blijven zich aandienen totdat wat onaf is geheel(d) wordt. Dan pas kan er iets wezenlijks veranderen.

Dat is niet zomaar wat. Je hebt de wil en de moed nodig om onder ogen te komen, om jouw als meisje te zien, om dit meisje serieus te nemen in haar boos en pijn, om zorg voor dit meisje te gaan dragen en hier verantwoordelijkheid voor te nemen. Om de mogelijkheden te zien van jou als volwassen vrouw nu. Om het contact met je vader aan te gaan, om met jouw boos en jouw pijn te komen (je kunt dat in Gestalt therapie doen en over de dood heen). Dat is volwassen worden en vrij.

Wanneer je deze stappen zet geef je jezelf weer ruimte en een plaats in het contact. Ik zorg en ga staan voor mij. Door met jou boosheid naar je vader te komen, komt er weer beweging en stroming in je lijf. Geef je grens en maak je een duidelijke ik en jij. Zo is het voor mij. Je geeft je weer een plaats in het contact. Door echt contact te maken kan het zomaar zijn dat je je minder eenzaam voelt. Dat ook je verdriet weer ruimte krijgt. Door echt te komen met jou kan het zomaar zijn dat je vader je hoort en ziet en erkenning geeft voor hetgeen je als kind hebt gedaan. Dat je hem ook weer echt hoort en ziet. Dat er ook weer ruimte komt om je liefde voor hem te voelen. Dat zijn grote mogelijkheden en veranderingen in je leven.

Verandering is ook een stukje sterven aan het oude en het nieuwe verwelkomen.

Verandering vraagt ook om te springen en op hoop van zegen. Je kunt het niet weten.

Verandering mag je ook doen in jouw tempo.

Of je veranderen wil of meer levend worden of erbij wilt halen is aan jou.

Je kunt je spannend vertalen in angst en zo ontwijken, verstijven of vastzetten.  
Je kunt je spannend vertalen in opwinding en zo uitreiken en in beweging komen.

Zonder risico geen groei.



## **Gestalt-Art therapeuten opleiding met een 4-jarig kernprogramma. De praktische gegevens in een notendop.**

### **Visie**

In ons opleidingstraject staan we voor een belevende gedegen aanpak. Dit betekent dat je gedurende je individuele- en groepsproces gaandeweg de theoretische begrippen leert voelen (ervaringsgericht), leert begrijpen (hoofd), leert herkennen en leert toepassen. Steeds zullen we “ervaren” hand in hand te laten gaan met het bestuderen van theorie. De inspiratie is telkens de wens, de behoefte, het verlangen dat de studenten(groep) als leermateriaal inbrengt. Ons opleidingsaanbod is er op gericht te groeien van binnenuit, als verankerend gegeven. Je ontwikkelt jouw eigen wijsheid.

Wij geloven dat je geen bekwame therapeut wordt zonder cliënt te zijn. Alles dat jij ervaart, beleeft en verwerkt kun je ook aan je cliënten brengen. Je kunt alleen dat geven aan de ander dat je ook aan jezelf geeft/ toestaat.

De basis van jou, als gestalt-art therapeut is je eigen persoon in relatie tot de ander(en).

Gedurende het kernprogramma zal de aandacht steeds verder verschuiven van het cliënt zijn naar therapeut worden (zie hiervoor ook onder studietraject en studietijd). Je oefent tijdens je opleidingsweekenden en in de huiswerkgroepen die plaatsvinden.



### Beeld- inzicht (Art):

Beeld/vorm (in de zin van beeldend werk maar ook van dans, zang, muziek, poëzie, gedicht, sprookjes, dromen, verhalen enz.), heeft een belangrijke plaats in het kernprogramma. Je leert beeldtaal te lezen en in te zetten als contact- en groeimogelijkheid. Je leert de kracht van beeld te gebruiken, zowel persoonlijk als in contact met je cliënten. Beeld loopt voor op je bewustzijn. Beeld brengt altijd iets wat voor jou nog niet zichtbaar is. Beeld is een echte cadeau bringer als het over bewustzijn gaat. Beeld brengt je in verbinding met je hart, met het zelf, met je eigen authenticiteit. Het werken in een creatieve vorm/ jouw vorm, ontwikkel je (verder) tijdens de opleiding. Spelen is een belangrijke ingrediënt in een creatief levens proces. Spelen is gewoon maar doen zonder oordeel.

Er zullen allerlei vormen worden aangeboden: beeldend werken, drama, sprookjes, dromen, verhaal, dans, stem, lichaamswerk, steen bewerken enzovoort.

De opleiding is persoons-, relatie-, en procesgericht. De “hoe”- vraag is hierbij belangrijk want deze

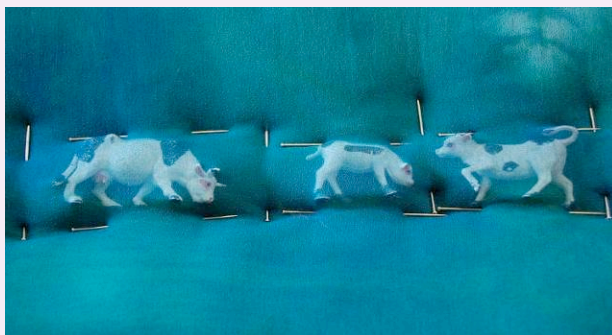
## Didactiek

De *fundamenten* van de gestaltheorie zoals beschreven door Perls, Goodman en Hefferline zullen nadrukkelijk aandacht krijgen. Nieuwe ontwikkelingen zullen we een plaats geven in deze basisbedding.



Wij vinden het belangrijk diepte te geven aan processen en hierbij de fundamenten van de theorie te onderwijzen. Deze diepte geldt zowel voor gezonde delen als voor stagnaties in contact. Gestalt- Art therapeuten werken met allerlei voorhanden zijnde contactmogelijkheden, sterk gekoppeld aan eigenheid. Deze eigenheid ontwikkel je gaandeweg steeds meer.

Naar ons gevoel zijn er in zijn algemeenheid drie belangrijke pijlers om te groeien: via contact met je omgeving, via beeld (kunst) en via de weg van de yoga (en aanverwante). Deze drie bevruchten elkaar. Wij integreren deze drie in ons opleidingsaanbod.



Spiritualiteit is de persoonlijke ervaring van de contactgrens tussen het geestelijke en het stoffelijke, dit is de feitelijke plek waar leven plaatsvindt. Geest en lichaam kun je wel onderscheiden, maar niet scheiden.

Wij vinden het belangrijk om in de natuur te werken. De natuur als helend middel en als

## Studietraject en studietijd

Traject	Inhoud schematisch	Geschatte studietijd
Vorbereidende fase (propedeuse)	0 <sup>e</sup> jaar - thema Persoonlijk therapieproces of Beeldend persoonlijk proces	Jaargroep: ca. 120 uur; Individuele therapie; Eventuele verslaglegging: ca. 15 uur; Totaal: ca. 135 uur
		<b>TOTAAL VOORBEREIDENDE FASE: 135 uur</b>
Kern-programma (fase 2) van cliënt naar therapeut	1 <sup>e</sup> jaar - thema Egoversterking en zuivering; Opwinding, groei en ontwikkeling. Hier & nu Ik en U Gezonde delen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groep: ca. 144 uur</li> <li>• Individuele therapie: minimaal 10 uur in het totale kernprogramma (1 t/m 4);</li> <li>• 8 x Huiswerkgroep: ca. 50 uur</li> <li>• Verslaglegging: ca. 30 uur</li> <li>• Eindpresentatie en evaluatie: ca. 5 uur</li> <li>• Zelfstudie/ theorie: ca. 60 uur</li> <li>• Vormwerk: ca.75 uur</li> </ul> Totaal: ca. 375 uur
	2 <sup>e</sup> jaar - thema Gestalt-theorie en Gestaltmethodologie Storingen en weerstand in contact.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groep: ca. 144 uur</li> <li>• 8 x Huiswerkgroep: ca. 50 uur</li> <li>• Verslaglegging: ca. 30 uur</li> <li>• Eindpresentatie en evaluatie: ca. 5 uur</li> <li>• Theorie: ca. 80 uur</li> <li>• Vormwerk: ca.55 uur</li> </ul> Totaal: ca. 365 uur
	3 <sup>e</sup> jaar - thema Gestalt en Art: een gestalt-therapeut bedient zich van alle mogelijke middelen tot contact. Uitdieping theorie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groep: ca. 144 uur</li> <li>• 8 x Huiswerkgroep: ca. 50 uur</li> <li>• Verslaglegging: ca. 30 uur</li> <li>• Essay: 10 uur</li> <li>• Eindpresentatie en evaluatie: ca. 5 uur</li> <li>• Theorie: ca 60 uur</li> <li>• Vormwerk: ca.65 uur</li> </ul> Totaal: ca. 365 uur
	4 <sup>e</sup> jaar - thema Praktisch werken als gestalttherapeut, verdieping.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groep: ca. 144 uur</li> <li>• 8 x Huiswerkgroep: ca. 50 uur</li> <li>• Verslaglegging: ca. 30 uur</li> <li>• Afstudeerwerk: 25 uur</li> <li>• Eindpresentatie en evaluatie: ca. 5 uur</li> <li>• Theorie: ca. 80 uur</li> <li>• Vormwerk: ca.50 uur</li> <li>• Samenwerkingsproject: ca. 50 uur</li> </ul> Totaal: ca. 425 uur
	<b>Startkwalificatie: deelcertificaat 1 t/m 6</b>	<b>TOTAAL KERNPROGRAMMA: 1530 uur</b>
Praktijk-ervaring en Supervisie Zelfstandig werken (fase 3)	◦Minimaal 150 uur supervisie binnen 5½ jaar na afsluiting van het kernprogramma. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Supervisie;</li> <li>• Klinisch werk;</li> <li>• Starten eigen praktijk.</li> <li>• DSM-IV, psychopathologie</li> </ul>	Praktijkervaring: ca. 400 uur Supervisie in een groep: ca. 100 uur Individuele supervisie: ca. 50 uur DSM-IV, psychopathologie: ca 100 uur  Totaal: ca. 650 uur
	<b>Volledige getuigschrift</b>	<b>TOTAAL Prakt. Erv. + Supervisie: minimaal 650 uur</b>
		<b>TOTALE OPLEIDINGSDUUR: 2180 uur</b>