

Eén dag water en vuur...

Een workshop over jouw conflicten en dilemma's

Een innerlijk conflict, conflicten met anderen, grote of kleine dilemma's, voor een keuze staan.....

Heb jij ook behoefte om dit eens helder te krijgen?
Dan is deze workshop iets voor jou.

Breng je verhaal in en we gaan aan het werk met o.a.
psychodrama
theatertechnieken
ontspanningsoefeningen
visualisaties
al naar gelang je vraag en de situatie.

Wat is psychodrama?

Psychodrama is een oude beproefde methode. In de sessies speel je een rol, net als een toneelspeler. Het leuke is dat je geen tekst uit je hoofd hoeft te leren, maar de tekst uit jezelf laat komen. Je speelt wat je wilt: je dromen, je plannen, je verlangens, je moeilijkheden, alle aspecten die je dilemma heeft. Door al je gevoelens al spelend aan bod te laten komen krijg je er daarna meer greep op. We scheppen een warme sfeer, delen veel en je wordt tot niets verplicht. Toneelervaring is niet nodig. Je zult er kracht uit putten en vaardigheden leren die je leven een nieuwe wending kunnen geven.

Wie ben ik?

Ik ben Ebba de Niet (Wageningen, 1950) en psychodramaturg sinds 1995. Ik werk hiermee zowel individueel als in groepen. Mijn bedrijf heet Act of Being en Zijn Wie Je Bent staat centraal in wat ik doe.

Act of Being
c o r
t a a
e c i
r h n
e e e
n n n



Workshopdatum: wordt vastgesteld bij voldoende inschrijving

Tijden	Ontvangst 09.00 uur
	Start 09.30 uur
	Eind 16.30 - 17.00 uur
Locatie	Aan 't Zandpad, Hoge Hereweg 27, 9756 TG Glimmen
Kosten	EU 180,- (werkgeverstarief) EU 125,- (particulier tarief) EU 75,- (bijstandstarief) (inclusief BTW, koffie/thee, soep) Zelf brood meenemen.
Kleding	Lekker zittende kleding, evt. extra trui en sokken.

