

# Uitnodiging Workshop 17 september 2022

## Effect en gevolg van Mindfulness

kansen en gevaren; van training tot interventie

### Door Carolina van Haperen

Deze workshop wordt verzorgd door Carolina van Haperen, die sinds 2009 evidence-based Mindfulness trainingen (MBCT, MBSR) geeft. Zij heeft deze workshop ontwikkeld omdat Mindfulness te pas en te onpas wordt ingezet, ook door therapeuten die hiertoe niet zijn opgeleid en er daardoor onduidelijkheid kan ontstaan wanneer Mindfulness passend of schadelijk kan zijn.

Carolina heeft haar eigen bedrijf 'AikiContact' waar zij naast Mindfulness, ook Psychosociale therapie, ACT en Aikido aanbiedt. Daarnaast organiseert zij intervisie voor psychosociaal therapeuten en Mindfulness trainers, is leertherapeut en ACT-supervisor. Ze is aangesloten bij de VMBN-1, LVPW, RBCZ.

[www.aikicontact.nl](http://www.aikicontact.nl)

[www.mindfulness-amsterdam.eu](http://www.mindfulness-amsterdam.eu)



### Eindtermen:

Je hebt een beeld van de historie en het aanbod van Mindfulness.

Je kunt een aantal Mindfulness toepassingen inzetten voor jezelf als therapeut voor meer bewustwording van jezelf, en om onderscheid te maken wat van jou of wat van de cliënt is. (Overdracht, tegenoverdracht).

Mindfulness tools om je therapie te verbreden en verdiepen via Inquiry.

Mindfulness oefeningen persoonsgericht aan te passen op basis van signalen en ervaringen van cliënt.

Inzicht in wanneer Mindfulness meer klachten veroorzaakt dan er herstel en groei ontstaat.

### Ochtendprogramma:

- Aandacht voor de historie van Mindfulness en de verschillende vormen en (evidence-based) programma's.
- Er zal verhelderd worden wat Mindfulness níét is.
- Je gaat diverse oefeningen ervaren die je kan toepassen in therapiesessies met cliënten.
- Tevens zal aandacht worden besteed aan helpende instellingsfactoren, hindernissen en weerstand.
- Ruimte voor vragen en casuïstiek.

### Middagprogramma:

- Vragen en casuïstiek worden behandeld.
- Kansen, signalen, valkuilen en gevaren komen aan de orde.
- Persoonsgerichte aanpassingen worden besproken. Denk ook aan angstklachten, depressieve klachten, burn-out, AD(H)D en trauma.
- Ruimte voor Q&A en aanvullende info als afsluiting.

**Praktische informatie:**

**Datum:** Zaterdag 17 september 2022

**Tijd:** 9.30 -16.30 uur (pauze 12:30-13:30)

**Locatie:** Reade, Overtoom 283, 1054 HW in Amsterdam OW.

Zeer goed bereikbaar met openbaar vervoer en parkeren mogelijk.

Tram 1 stopt voor de deur, parkeermogelijkheid onder in het gebouw (reductietarief). Het Vondelpark ligt ernaast. Veel horeca in de buurt.

**Kosten LVPW leden:** € 145,00, niet leden: € 155,00

**Accreditatiepunten:** 10

**Maximum aantal deelnemers:** 16

Koffie thee en lunch wordt verzorgd. Dieetwensen graag doorgeven.  
Inschrijven kan via de link.