

Workshop

Hooggevoeligheid of HSP vrijdag avond voor jongeren in de leeftijd van 12 tot 18 jaar.

Workshop: kennisdelen & aarden voor hoog-gevoelige jongeren.

*Thema van deze avond is Hoog gevoelig zijn en **Hoe kan ik bij mezelf blijven, als ik bij anderen ben?***

In [Centrum Nijtap](#) wordt een workshop gegeven over dit thema. Doel van dit alles dat we in een kleine groep maximaal 10 personen een avond voor onszelf hebben.

- Wil je leren voluit te leven, vanuit je ware zelf? Lukt het je nog onvoldoende je hooggevoeligheid te omarmen en als gave te beschouwen? Zoek je nog naar wegen om jouw unieke eigenschappen tot nut van jezelf en anderen te maken? Dan is deze workshop misschien iets voor jou.
- Deze workshop is voor iedereen die zich hooggevoelig vindt en aan zichzelf wil werken. Voor iedereen die wil proberen van hooggevoeligheid een gave te maken.
- Hooggevoelige mensen kunnen elkaar helpen bij het belangrijke proces van zelfverwezenlijking. Door te leren beter om te gaan met de positieve en 'negatieve' aspecten van hooggevoeligheid en door elkaar te ondersteunen in het ontdekken van de vele facetten van de hooggevoelige persoonlijkheid. Samen ontdek je meer dan alleen!
- *In praktijk blijkt dat deelnemers aan de workshop vooral van elkaar willen leren, met elkaar willen praten over de zaken waar zij in hun leven tegen aan lopen. Hier zal dan ook voldoende ruimte voor ingeruimd worden.*

De workshop bestaat uit één dagdeel (avond). Zal bij voldoende opgave gehouden worden in Centrum Nijtap.

Zoals de naam van de workshop aangeeft staat de avond in het teken van delen van ervaring, en leren aarden.

Een goed lichamelijk bewustzijn is voor een hooggevoelig persoon een belangrijk middel om tot zelfvertrouwen en inzicht te komen. Als we diep doordrongen raken van het besef dat ons lichaam 'thuis' is willen we ook beter voor dit huis zorgen.

Programma.

- Delen van ervaringen.
- ***Stil staan bij HSP en je eigen belevingen.***
- **Hoe kan ik bij mezelf blijven, als ik bij anderen ben?**
- Leren aarden zodat innerlijke balans groter wordt.

Kosten voor deze avond zijn €12,50 inclusief koffie en thee.

Trainer: Ludzer de Boer, verbonden aan Praktijk De Wenteltrap.

Meer informatie over Ludzer de Boer kun U vinden op www.dewenteltrap.nl

Opgave via www.dewenteltrap.nl

Betreft open inschrijving zodra er genoeg jongeren zijn wordt een datum in overleg vast gelegd .

Aanvang: 19,15uur tot 21,45 uur. Met een eventuele uitloop.

Mocht je een ander thema nog belangrijker vinden mail gerust.!!!