

Korte cursus

Verwerken, Welbevinden & Veerkracht m.b.v. de verbeeldingstoolkit

Met eenvoudige oefeningen kun je de buitengewone kracht van de verbeelding mobiliseren voor het vergroten van je welbevinden en het versterken van je veerkracht.

In deze cursus van vier wekelijkse bijeenkomsten van twee uur in een kleine groep (maximaal 4 deelnemers)* krijg je oefenmateriaal uit de verbeeldingstoolkit aangeboden die tot doel hebben de kracht van je geest in te schakelen. De oefeningen worden beoefend tijdens de cursus en zijn zo samengesteld dat je ze gemakkelijk thuis kunt doen.**

Wil je meer weten over de verbeeldingstoolkit?

Op www.verbeeldingstoolkit.nl staat veel informatie over de toolkit, het gebruik ervan, ervaringen, artikelen uit tijdschriften erover en reviews.

In een video vertellen zes deelnemers over hun ervaringen met de cursus:
<https://verbeeldingstoolkit.nl/video>

Leiding: Jan Taal, gz-psycholoog BIG NIP NVPO.

Voorafgaande aan de cursus vindt er een individueel introductiegesprek (intake) plaats en na afloop een individuele evaluatie.

* Vanwege de corona-maatregelen vindt de cursus online plaats via Zoom. Tijdens de twee uur van de cursusbijeenkomst wordt er twee keer een pauze gehouden.

De kosten van het intakegesprek, de cursus en de evaluatie worden (geheel of gedeeltelijk) vergoed door uw ziektekostenverzekeraar vanuit de Generalistische Basis GGZ in de Basisverzekering. Informatie over de vergoeding:

<https://www.imaginatie.nl/departement/psychologische-behandeling>

Indien de verzekeraar niet volledig vergoed is er voor minderdraagkrachtigen een aparte regeling.

Aanmelding en voor meer gewenste informatie: JanTaal@protonmail.com

N.B. Er is ook een volledig Engelstalige versie van de verbeeldingstoolkit, de Imagery Toolbox: www.imagerytoolbox.com

** Elke deelnemer krijgt een verbeeldingstoolkit te leen mee naar huis of opgestuurd.

De verbeeldingstoolkit kan ook aangeschaft worden voor € 38,50.

