

ACT workshop voor koppels

Verbeter je relatie in 1 dag!

Acceptance en Commitment Therapy voor relaties is een effectieve methode, om de flexibiliteit in je relatie te vergroten. Direct toepasbaar, toekomstgericht en evidence-based.

Verander je perspectief, leer en oefen hoe je anders met elkaar kunt omgaan in deze workshop.

Trainers

Jeanine Souren

Psychotherapeut BIG
Systeemtherapeut NRVG
Seksuoloog i.o

Edward Koldewijn

Relatietherapeut NVRG
Coach

Vergroot de veerkracht in je relatie en verander je perspectief!

Wat kun je verwachten?



- Interactief en ervaringsgerichte workshop gebaseerd op **Acceptance and Commitment Therapy**
- Kleine groep van maximaal 5 koppels
- Wat je deelt in de groep bepaal je zelf
- Gezamenlijke waarden vinden als uitgangspunt voor de toekomst
- Leren hoe je uit de negatieve interactiekring van vechten en vermijden komt
- Het verlangen leren herkennen, dat achter elk verwijt zit
- Ervaar wat het is, om écht aanwezig te zijn, in je relatie

Er is voldoende tijd - met aparte ruimtes - om als koppel aan de slag te gaan.

Uit je hoofd, in je relatie!

Data

10 november 2018 | 09.30 - 17.00

12 januari 2019 | 09.30 - 17.00

Kosten 2018

€349 p.p ex. btw
inclusief lunch

Locatie

U-center Driebergen

De Horst 1 (gebouw Vossestein)
3971KS Driebergen-Rijsenburg

Jeanine Souren
Psychotherapeut BIG
Systeemtherapeut
Seksuoloog i.o.



Edward Koldewijn
Relatietherapeut NVRG
Coach

