

ONTWERP OVEREENKOMST VOOR DEELNAME AAN DE OPLEIDING POSTURAL INTEGRATION

Als je aanvaard bent in onze opleiding, begint voor jou een intensief programma, dat samen met je verbintenis en je discipline je op weg kan zetten om een professioneel lichaamswerker te worden.

1) Voorbereidingen voor de Training:

Als voorbereiding tot de huidige training, zal elke deelnemer zich moeten toeleggen op de volgende punten, en deze ontwikkelen waar hij/zij het zwakst voelt :

Kracht en Gevoeligheid. Diepe weefselbehandeling vergt kracht, uithouding en gevoeligheid in het ganse lichaam. Bij het gebruik van de handen voor energetische transformatie is het belangrijk om een goed gevoel van evenwicht in het ganse lichaam te ontwikkelen en te onderhouden. Versterk je lichaamsenergie alvorens met de opleiding te beginnen door het doen van aerobe en isometrische oefeningen. Een minimum aeroob programma duurt 25 tot 40 minuten, drie maal per week in activiteiten die het ganse lichaam oefenen zoals lopen, dansen en zwemmen.

Bij het doen van Isometrische oefeningen is het best om spieren niet overdreven te ontwikkelen of een onevenwicht tussen spiergroepen te creëren door met te grote gewichten te werken. Maar een supplementaire voorbereiding nodig zijn om de vingers, de polsen, de voorarmen en de rug te versterken. Werken met klei of met middelmatige gewichten zijn enkele aangewezen manieren. Lichte massage is uitstekend voor het ontwikkelen van het gevoel van aanraking, maar enkel een goede petrissage zal echt de handen versterken voor het diepe werk.

Evenwicht en bewegingsbewustzijn. De controle en vloeiendheid van ons werk hangt af van de manier waarop onze energie uit het ganse lichaam komt en in evenwicht gebracht wordt in het bekkengebied. Tai Chi, yoga, acrobatie en dansen kunnen je helpen om dit centrum te vinden. De Alexandertechniek en de methode van Feldenkrais kunnen ons ook helpen om ons ganse lichaam te bewegen rond dit centrum.

De tastzin. Iedere persoon waarmee je werkt zal een andere druk, aanraking en ritme vragen. Ontwikkel je gevoelscontact met zoveel mogelijk verschillende mensen. Raak ze aan, met wisselende grepen en drukken en voel de graad van soepelheid van de binnenste en buitenste lagen van de lichaamsweefsels. Let op de delen van het lichaam die meer gespannen zijn, deze die week zijn en deze die niet meer reageren. Gebruik alle massagetechnieken die je kent maar probeer niet om op het diepe bindweefsel te werken vooraleer je met de opleiding begint.

De adem. Wij gebruiken de ademhaling als steun bij het behandelen van de weefsels. Yoga, Reichiaans lichaamswerk of bio-energetica kunnen je van pas komen. Observeer de verschillende ademhalingstypen in de verschillende lichaamsstructuren.

De emoties. Als we werken met het lichaam worden oude emoties ontladen, en beginnen zich nieuwe gewaarwordingen en gedrag te ontwikkelen. Daar je aangenomen bent als kandidaat tot de opleiding, heb je al aan lichaamswerk gedaan, maar het is belangrijk dat je er zoveel mogelijk nog verder mee werkt, en dat je belang hecht aan de emoties die kunnen opwellen tijdens dit werk. Postural Integration, Energetic Integration, de diverse vormen van Reichiaans en Neo-Reichiaans Lichaamswerk, Hakomi en Rosen werk, Lomi werk en lichaamsgerichte Gestalt zijn alle waardevol. Polariteitsmassage, Shiatsu, Hellerwerk en Rolfing kunnen ook helpen indien gelet wordt op de emotionele ontspanning.

Anatomie. Gedurende de opleiding zullen we de traditionele latijnse terminologie gebruiken om de verschillende delen van het lichaam aan te duiden en te situeren. Om het onderricht te kunnen volgen is het nodig het basisvocabularium te kennen. Het werk zelf is intuïtief. Wanneer we weefsel manipuleren, zullen we dus niet de anatomische structuren proberen te beschrijven. Het analytisch beschrijvende en verklarende gedeelte zal van het eigenlijke lichaamswerk gescheiden worden. Sommige deelnemers zullen de verbale directieven misschien overbodig vinden. Anderen zullen daarentegen meer ondersteuning op anatomisch niveau wensen tot ze het vertrouwen in zichzelf ontwikkeld hebben.

De literatuurlijst. Deze lijst (bibliografie) is niet volledig en we vragen je niet om met al deze materialen vertrouwd te zijn. Het is een lijst van punten die aan de orde kunnen komen tijdens de opleiding en die je behulpzaam kunnen zijn, niet alleen voor de voorbereiding maar ook voor verdere opzoekingen.

2) Individuele Overeenkomsten:

De training is een groepsproces. We dienen voortdurend te werken en samen te werken met elkaar. In aansluiting op de overeenkomsten die de groep als geheel aangaat, ga je als deelnemer ook met het volgende akkoord:

FINANCIEEL. Je voorschot geldt als engagement voor de training. Je dient heldere afspraken te hebben met je trainer omtrent voorschotten, betalingen en teruggaven.

DE AANWEZIGHEID. De aanwezigheid tijdens de lessen is verplicht om het diploma te verkrijgen. Facultatieve uren gewijd aan herhalingen, worden als dusdanig aangekondigd. De afwezigheid van een deelnemer kan interfereren met de mogelijkheid van de groep om elke fase van het opleidingsproces af te maken. Een deelnemer die een les mist is zelf verantwoordelijk om deze in te halen, dit in overeenkomst met de trainer.

De stiptheid is eveneens belangrijk voor het groepsproces.

DELEN. De opleiding is gebaseerd op het zelfondervinden. We leren samen door samen het werk te doen. Er wordt je gevraagd om te delen, niet enkel door bereid te zijn dat de anderen op je werken, maar ook dat jij werkt op de anderen. In de groep zullen we steeds proberen om paren te vormen van mensen die met elkaar willen werken. Er dient nochtans wel rekening gehouden te worden met de beperkingen die voortvloeien uit het aantal deelnemers, de gestalte, het gewicht, de tijd en de ruimte. Er kan je ook gevraagd worden om te werken wanneer je verkiest om te rusten.

Geleidelijk aan, in het verloop van de opleiding, en naarmate onze lichamen meer diep werk ontvangen hebben, kan het zijn dat meer frustraties, angst of verwarring

naar boven komen. Tijdens elke les, zal er tijd gemaakt worden voor die problemen en indien nodig zal er supplementaire tijd aan besteed worden.

DE OPLEIDERS. Elke trainingsgroep heeft verschillende noden. Het is beter uw wensen onmiddellijk bij de opleiders te uiten dan te wachten tot het einde van de opleiding. Zelfs als het niet mogelijk is er direct op in te gaan, kunnen ze uitgedrukt en omlijnd worden.

Naarmate de opleiding vordert, zullen de opleiders de deelnemers normaal minder helpen en zullen deze laatsten zich tot hen moeten wenden. Dit om te vermijden dat u zich enkel in een ontvankelijke attitude zou opstellen, en om u de gelegenheid te geven uw intuïtie te volgen en uw eigen stijl te ontwikkelen. Wees verantwoordelijk voor uzelf en vraag hetgeen u nodig heeft.

3) Professionalisme:

U komt terecht in een groep professionele mensen die zich tot taak gesteld hebben anderen te helpen door hun eigen gaven en gevoeligheden te ontwikkelen. U kunt de kwaliteit van onze groep verbeteren, niet door aan achterklap te doen over de opleiding en zijn opleiders, noch door andere technieken van lichaamswerk te verwerpen of door u verdedigend op te stellen tegen onvermijdelijke kritieken die u zullen gegeven worden door andere groepen, maar wel door u bewust te zijn van uw eigen krachten en zwakheden, en door op een directe manier uw indrukken mede te delen omtrent de manier waarop we kunnen vooruit komen en beantwoorden aan de veranderende noden. Hoe meer u vertrouwen in uzelf hebt en hoe meer u gewonnen bent voor het nut van ons werk, hoe meer positieve energie u zal aantrekken, met inbegrip van een betalend cliënteel. U zult minder aandacht schenken aan de kritieken van degenen die angst hebben voor de diepe verandering die voortvloeit uit het lichaamswerk, en van diegenen die denken dat de professionele doeltreffendheid het resultaat is van een "elitaire" selectie. U mag fier zijn dit werk toe te passen en u kunt ons allen helpen, beoefenaars en opleiders, door deze gekregen kans met ons te delen.

Hier volgen enkele professionele kwaliteiten waar we naartoe kunnen werken en delen:

ZELFVERANTWOORDELIJKHEID EN ZELF EVALUATIE.

Wij zullen u voorzien van informatie, voorbeelden en het voordeel van onze ervaring. Enkel jij kan het initiatief nemen om om te gaan met gevoelens van inadequaatheid die kunnen naar boven komen. Wij zullen je dikwijls indicaties geven omtrent de manier van werken. Maar uiteindelijk, is er geen recept. Je zal ertoe gebracht worden oude methodes van onderricht te overschrijden, waar je eerst de gedetailleerde delen leerde voor je met het geheel kon werken. Je zal dikwijls geconfronteerd worden met een plek waar je de ganse persoon met wie je werkt dient te beschouwen, ook als je je soms zeer verward voelt. In dit stadium, kan geen enkele informatie je helpen, maar enkel je bereidheid om in de groep te blijven en naar jezelf te kijken en in het proces te blijven.

HET EIGENE VAN POSTURAL INTEGRATION. Ons werk is geen kopie van andere vormen van lichaamswerk. Het is ook geen eclectische mengeling van verschillende methodes. Er zijn vormen van lichaamswerk die het belang van manipulaties van de weefsels erkennen; andere die handelen over de bevrijding van de adem en nog andere over het werken tegelijkertijd met het lichaam en met het mentale. We beschouwen dat de verandering bij de mens zich voordoet in al deze aspecten

terzelfder tijd. Wij manipuleren de fascia niet zonder dat de ademhaling bij de beweging is betrokken, niet zonder de herinneringen, gedachten en gevoelens op eender welke wijze zijn uitgedrukt, niet zonder dat de persoon deelneemt aan de verschillende niveau's van verandering. Probeer niet om hetgeen wij doen te beschrijven door dit te vergelijken met andere zaken. Spreek over je eigen ondervindingen. Indien iemand je vraagt: "Is dit Reichiaans Therapie? Bio-Energetic? Core-Energetics? Rebalancing? Rolfing? Heller work?", zeg dan nee en spreek over wat je rechtstreeks hebt ervaren, gevoeld en gezien.

OPENHEID. Onze opleidingsgroepen trekken mensen aan die zich wensen te vormen in de praktijk door te experimenteren en gebruik te maken van methodes die werken, maar die niet kunnen worden bewezen met geldende wetenschappelijke paradigma's. Dit vraagt een zekere openheid die in contrast staat met het gevoel van zekere groepen van elitisme, snobisme, geheimdoenerij en benaderingen die emotioneel gelimiteerd zijn. We zijn in de praktijk en in het "doen" eerder dan in de hiërarchie, de echelons en het verwerven van een gespecialiseerd intellectueel "weten". De beginnende deelnemers aan onze opleiding kunnen al of niet universitaire kennis hebben of professionle ervaring.

Wat belangrijk is, is de bereidheid om in contact te treden met anderen en uw kracht en intuïtie te gebruiken. Indien u de mensen waarmee u werkt tegemoet treedt met openheid, hen aanmoedigt om hun indrukken te delen, terwijl jij de jouwe geeft en zelfs het gevoel van je eigen limiet, dan zullen de resultaten voor zich spreken.

GROEI. De training is een proces. Het is niet alleen een volledige en intensieve voorbereiding op het werken met anderen, want u zal nog veel meer sessies diep werk krijgen. U zal tevens de kans hebben uw eigen blokkades te confronteren en te bewerken alsook uw "onafgewerkte situaties" (unfinished business) en u openen voor nieuwe energieën voor uzelf en voor anderen.

VERTROUWELIJKHEID. In de training zal je intieme gevoelens en ervaringen met anderen delen. Als bescherming voor jezelf en de andere mensen in de groep, deel geen informatie of gevoelens van andere mensen zonder hun uitdrukkelijke toestemming. Je wordt aangemoedigd om gevoelens in de groep als geheel te verhelderen en verder te delen, en niet in aparte subgroepen buiten de groepsruimte.

ETHIEK. Als student wordt je veronderstelt de Ethische Code die opgesteld werd door de International Council for Psycho-Corporal Integration Trainers (ICPIT) te volgen. Deze kan verkregen worden bij je trainer (of is online te vinden op www.postural-integration.info)

DIVERSITEIT. Wij hebben studenten, beoefenaars en trainers uit diverse achtergronden, etnische groepen, en nationaliteiten. Onze technieken, vaardigheden en werkstijlen zijn voortgekomen uit de interactie en communicatie tussen alle soorten individuen: aardse, intelligente, serieuze, sympathieke, mannelijke, vrouwelijke, blanke, zwarte, gekleurde, agressieve, passieve, enz. Deze rijkdom van energie geeft ons de kans om verder te evolueren en ons werk te verfijnen door uiteenlopende karakters en lichaamsstructuren te vergelijken.

STUDENT GEEN OPEIDER. Onze training heeft zich ontwikkelt uit de training van vele studenten wereldwijd. Respecteer de originaliteit en de complexiteit van deze training door je te realiseren dat het een lang trainingsproces vraagt om in staat te zijn dit te onderwijzen. Student worden is een overeenkomst deze technieken en benaderingen niet te proberen aan anderen aan te leren.

Onderteken en stuur één exemplaar terug aan de opleider, en bewaar één copij voor je eigen dossier.

Ik heb het bovenstaande gelezen en ga akkoord met zijn voorwaarden en richting. Ik begrijp de geest waarin ik toetreed tot de huidige traininggroep.

Datum

Handtekening

Overeengekomen en Gefinaliseerd Oct. 2003