



Centrum voor Adem- en Ontspanningstherapie

Amersfoort

www.methodevandixhoorn.com

e-mail: vdixhoorn@euronet.nl

telefoon: 033- 4635292

MEDEDELINGEN 107

Oktober 2013

Inhoud

**Feestelijke vergadering van de Raad van Advies
Start nieuwe cursussen 2013
Bijeenkomsten
Literatuur en nieuws:**

Feestelijke vergadering Raad van Advies

Op zondag 1 september heeft het Centrum (Jan en Irmgard) een feestelijke bijeenkomst, met een goede keuken, georganiseerd voor de Advies raad. De teruggetreden voorzitter, Jacques Winnubst, en het nieuwe lid, Henry Does, waren aanwezig, evenals de zittende leden, Nol Bernards, Bart Bouwmeester en Maurice de Valk. Allen in gezelschap van partner. Alleen Ad Kaptein ontbrak, wegens een werkbezoek aan Indonesië. Vijf jaar eerder hadden we een soortgelijke bijeenkomst gehad, en nu was het moment dit te herhalen. Ieder was in goede gezondheid, Jan was 65 geworden en we konden terugkijken op een succesvolle ontwikkeling van de AOT. Voor en na het hoofdgerecht werd gediscussieerd over de waarde en toekomst van onze methode voor spanningsregulatie. Het belangrijkste, vonden de leden, was dat de opleiding leidde tot een hoge mate van openheid, zelfreflectie en bereidheid je ervaringen, twijfels en onzekerheid te tonen en delen. In deze mate zag men dat zelden en overtrof het bijvoorbeeld psychotherapie opleidingen. Het lijkt me dat we dit kunnen toeschrijven aan het procesmodel, dat immers uitgaat leert om te gaan met onzekerheid. Aan het einde van onze culinaire middag zijn de mannen en de vrouwen even bij elkaar gaan zitten, waarbij de vrouwen tot de conclusie kwamen dat er snel eenvoudige en leesbare boekjes over adem en ontspanningstherapie zouden moeten verschijnen. Het is er aan toe om meer bekendheid te krijgen!

Hartelijke groeten

Jan en Irmgard van Dixhoorn