

De taal van de ademhaling

Terugkomdag ZKM Opleiding 15 april 2011
Judith Smeets

Fasen ZKM

Kennismaken / contracteren

Formuleringsgesprek

Gevoelens verbinden

Nabespreken

Valideren

Evalueren

Set 14. gezondheid / lichaam

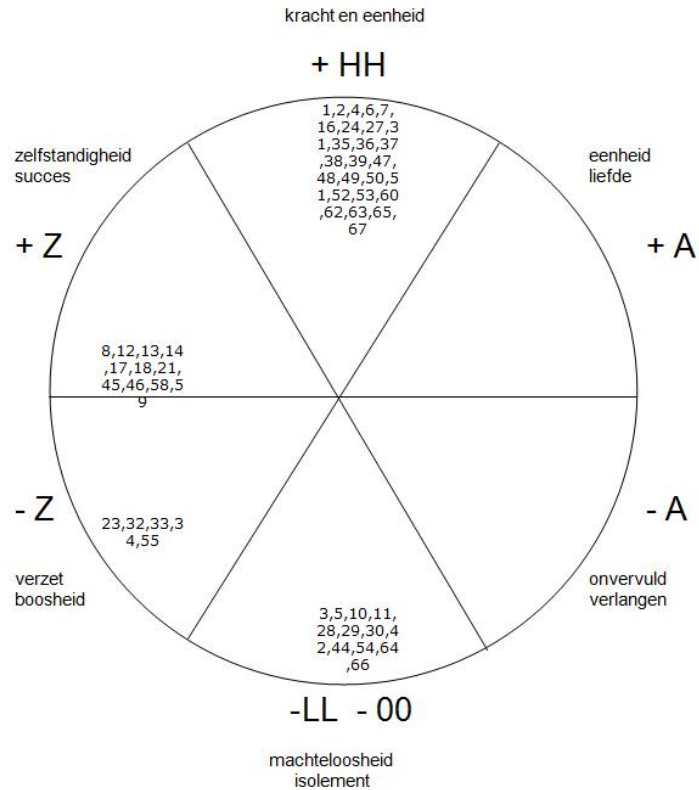
In welke zin speelt uw gezondheid een rol in uw leven?

Is er iets ivm met uw gezondheid of uw lichaam dat van belang is of van grote invloed zal zijn in uw leven?

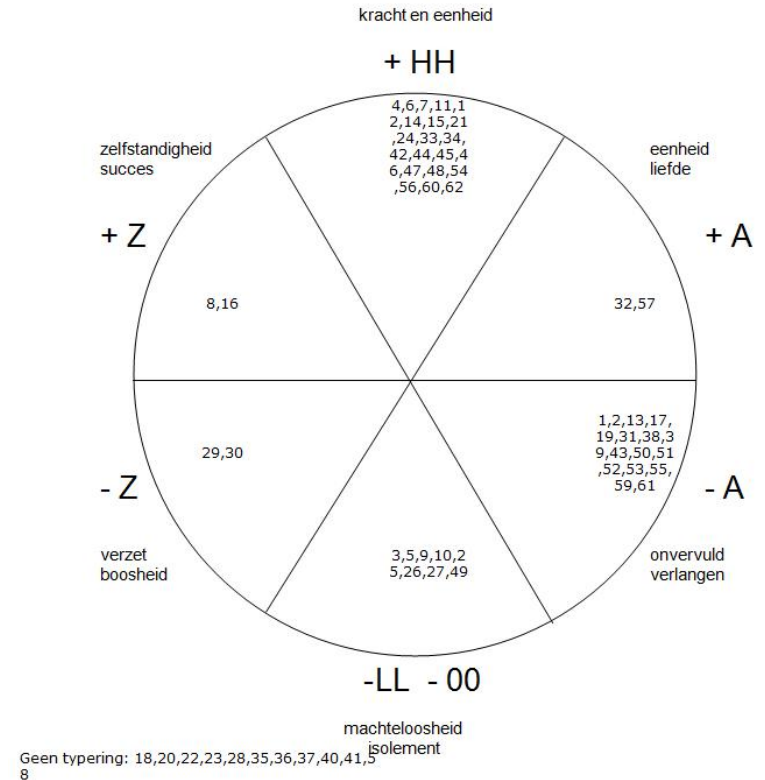
Is er een gebeurtenis of een ervaring ivm uw gezondheid of uw lichaam die van grote betekenis is voor u?

Zijn er momenten waarop u signalen van uw lichaam herkent die met spanning of ontspanning te maken hebben.

Kunt u een gebeurtenis noemen waarbij u een signaal ontving van uw lichaam dat met spanning of ontspanning samenhangt.



Geen typering: 9,15,19,20,22,25,26,40,41,43,56,57,61



De taal van de ademhaling

Judith Smeets, Terugkomdag ZKM Opleiding 15 april 2011

Functies ademhaling in ZKM

Ademhaling als diagnostisch instrument

Ademhaling als procesbevorderaar

Bedankt voor jullie aandacht
en een ontspannen middag!



" FOR HEAVEN'S SAKE, FRED, LEARN TO RELAX. "

De taal van de ademhaling

Judith Smeets, Terugkomdag ZKM Opleiding 15 april 2011