

Begeleider HSP & Indigo, een traject rond de dagelijkse praktische omgang met hooggevoelige mensen

Welkom bij onze vernieuwde opleiding 'Omgaan met HSP & Indigo'. Deze opleiding is één van onze HSP-cursussen, die ontstaan is vanuit de ervaring van Centrum Open Mind dat reeds ruim 16 jaar hooggevoelige mensen begeleidt.

Oorspronkelijk werden enkel dagworkshops 'HSP-workshops' ingericht. Deze gaan in hun hernieuwde versie nog steeds 1 keer per maand door en richten zich vooral op mensen die nog vrij nieuw zijn met HSP. Deze workshops bieden praktische oefeningen, tips en kader om jezelf als hooggevoelige persoon beter te begrijpen en opnieuw draagkracht, reserve op te bouwen.

Een andere opleiding is de 'Master HSP - Indigo Coach'. Deze cursus is ontwikkeld voor professionals die misschien zelf hooggevoelig zijn maar in eerste instantie met hooggevoelige mensen werken. Het is een specialisatie waarin er een aantal punten in aandacht dienen meegenomen te worden of die maken dat je sessie versterkend of verzwakkend werkt.

Deze opleiding 'HSP & Indigo begeleider' is geschreven voor mensen die hooggevoelige mensen (hsp of indigo) in hun context aanwezig hebben bv. ouders met hooggevoelige kinderen, leerkrachten met HSP-studenten, leidinggevende met hooggevoelige medewerkers,... . Deze cursus richt zich op de praktische kant, de dagelijkse omgang met HSP & Indigo. Je bent misschien zelf niet HSP maar hier kan je concrete info, tools, ervaringen, oefeningen,... terugvinden zodat je het HSP-verhaal beter kan inschatten, begrijpen en deze mensen kunt bereiken.

Gepast contact maken als toegangspoort naar de hooggevoelige persoon en zijn leefwereld.

In deze eerste dag richten we ons op het (gepast) contact maken met de HSP'er of indigo. Er zijn meerdere aspecten die maken dat deze eerste stap cruciaal is. De HSP'er of indigo heeft nood aan contact en verbinding. Daarnaast hebben ze een complexe leefwereld waarin ze vaak misbegrepen zijn en ervaringen hebben van gekwetst worden in het contact. Vaak zijn we als persoon ook afgeleerd hoe we werkelijk contact maken waardoor het zowat een major-issue is geworden op maatschappelijk niveau.