



## Introductie Sexual Grounding Therapy

**Sexual Grounding Therapy®** (SGT) is een innovatieve richting binnen de lichaamsgeoriënteerde psychotherapie die een wezenlijke aanvulling vormt op andere gangbare therapeutische methoden. Sexual Grounding® is in het begin van de jaren negentig ontwikkeld door de Nederlandse psycholoog en lichaamsgericht therapeut Willem Poppeliers. In zijn eigen opleiding ervoer hij dat het thema seksualiteit totaal vermeden of alleen theoretisch behandeld werd. Dat vond hij een groot gemis en ontwikkelde een methode die op een gefundeerde theorie van acht rijpingsstadia binnen de seksuele ontwikkeling gebaseerd is.

Sexual Grounding® is een zeer effectieve vorm van zelfontwikkeling, die op een heldere, directe en zuivere manier ingaat op seksualiteit en relaties. SGT volgt Freud in diens opvatting dat seksualiteit onze primaire levensenergie vormt, maar gaat verder door in kaart te brengen hoe seksualiteit zich ontwikkelt van de geboorte tot aan de dood en wat de voorwaarden zijn voor een gezonde ontwikkeling. Deelnemers rapporteren dat de SGT-trainingen een duurzame ondersteuning bieden voor elementaire levensthema's, zoals de verbinding met de oorspronkelijke natuurlijkheid en levendigheid, het herstellen van de seksuele stroom tussen hart en geslacht, het vermogen tot duurzame relaties en de seksuele opvoeding van kinderen.

De **basistraining Sexual Grounding®** geeft de deelnemers de mogelijkheid om niet afgeronde ontwikkelingsstappen binnen de seksuele ontwikkeling te herkennen en in te halen, maar ook om zich voor te bereiden op komende ontwikkelingsfasen. Een belangrijk onderdeel van de training is het erkennen en verbinden van vader en moeder als onze (seksuele) bronnen. Daardoor kunnen we onze innerlijke mannelijke en vrouwelijke energieën in harmonie brengen en de kwaliteiten van onze voorouders voluit benutten.

In de oefeningen en opstellingen beleven de meeste deelnemers voor het eerst een ondersteunende seksuele spiegeling bij de ontwikkeling van meisje tot vrouw en van jongen tot man.

De basistraining telt 24 dagen, verdeeld over 6 blokken. Deze training omvat de seksuele ontwikkeling van de jonge kinderjaren en puberteit. Er wordt gewerkt met theorie en vooral veel lichaamsgeoriënteerde oefeningen. Veel aandacht wordt besteed aan de driehoek vader-moeder-kind. Tussen de blokken door zijn er bijeenkomsten om in kleine groepen met een SGT-therapeut aan het eigen proces te werken.

Voor meer informatie omtrent Sexual Grounding®  
zie: <http://www.sexualgrounding.com>

### **2-daagse introductie**

Tijdens deze workshop is er de mogelijkheid om te ervaren wat sexual grounding therapie is en wat het voor jou kan betekenen. Er is een theoretisch kader en er worden oefeningen gegeven zodat je lijfelijk kunt ervaren.

Dit alles gebeurt met respect en voldoende veiligheid voor iedere aanwezige.

**En dan .....**



Na de introductieworkshop kan je besluiten om de jaartraining SGT Basis te gaan doen. Deze start in het najaar 2017.

Na dit jaar kan je doorgaan met de SGT Advanced welke de levensfases van 24 tot 74 jaar omvat. Van hieruit kan je dan de therapeuten en trainersopleiding vervolgen

**Doelgroep:** Volwassenen