



## **Juliette Becking geeft masterclass experientiele technieken**

"Every emotion has a need, and every need has an action tendency".

In deze uitspraak vindt Juliette Becking de essentie van haar experientiele therapeutische werk.

Zowel in individuele- als in relatietherapie gaat het over vastgelopen processen waarbij emoties een belangrijke rol spelen. Vaak zijn dat niet- helpende secundaire emoties, die aanzetten tot niet- helpend gedrag. Wil er verandering komen dan zullen we de clienten moeten helpen om te kijken naar en in contact te komen met de onderliggende emoties. Maar hoe doen we dat?

De experientiele technieken kunnen ons daarbij verder helpen.

Juliette ziet dit als de "olie in de motor": zonder deze technieken komen we niet makkelijk bij de onderliggende, primaire emoties. De therapie blijft dan vaak te cognitief en aan de oppervlakte.

Juliette Becking is erg enthousiast over de experientiele technieken die ze in huis heeft. Ze werkt met "hart en ziel" aan het verdiepen van het relationele proces tussen client en therapeut. Het biedt handvaten voor de therapeut om met aandacht en empathie de belevingswereld van de client te exploreren en zodoende de client te helpen zichzelf te gaan begrijpen. De therapeut gebruikt daarbij zichzelf en de eigen belevingswereld actief als instrument.

Kunnen EFT therapeuten in de war raken van deze masterclass? "Zeker niet", zegt Becking, "deze experientiele technieken zijn de basis van iedere therapeutische relatie en zullen zeker voor EFT therapeuten bekend zijn. Wat ik te bieden heb is, dat mensen de kracht van deze werkwijze gaan herkennen en volledig gaan benutten. Daar zal iedere therapeut baat bij hebben. Ik merk dat cursisten in mijn cursus het een verademing vinden als er ruimte gemaakt wordt om niet alleen als professional, maar ook juist als persoon actief aanwezig te kunnen zijn. Het "lichamelijk gewaar" zijn van je eigen reacties is een grote bron van informatie die we leren gebruiken." Dat maakt de therapeutische relatie alleen maar sterker en effectiever.

Deze cursus leert: present zijn in het hier en nu, empathisch, congruent en echt te zijn als therapeut. Vanuit die basis leren we zeer actief te luisteren, in te tunen op de client, te vertragen, eenvoudige woorden zoeken, tentatief te exploreren om bij de basale behoeften van de client te komen. We helpen de client ruimte maken om zich te verhouden tot de verschillende aspecten in zichzelf. De therapeutische relatie is een belangrijk instrument hiervoor.

Deze cursus is een mooie uitbreiding op de EFT basiscursus en voor mensen die al een coerskills gedaan hebben, maar nog steeds behoefte hebben aan verdieping, juist in het ervaringsgerichte stuk.