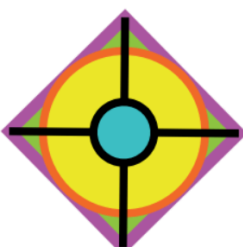




Nieuwsbrief 70 - augustus 2024

## IN DEZE NIEUWSBRIEF:

Open Dag 1 september 2024	2
Start Kern In Beeld jaar	3
In samenklank schilderen binnen een kader	4
De uitkomst van een uitdaging	7
Cursus: Filosofie van de Ander	9
Cursus: Beeldtaal	10
Boeken Tip: Create Your Life	12
Perspectief wissel - ACT Beeldend!	13
Cursus: Durf te Doen & Zie Jezelf*	15
Cursus: Leven vanuit je Hart	16
Ervarend Leren	17
Cursus: Geef aandacht aan Verlies en Rouw	21
Tip: Nieuwsbrief van Lisette Thoofft	22
Cursus: Werken met Kinderen	23
Cursus: Betekenisvol Leven	25
Cursus: ACT Beeldend in jouw leven	26
Verdieping PSW-4 of HBK-4 ???	27
Oproep Nieuwsbrief	27



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -  
Holistisch Beeldend Kunstenaar  
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com



geaccrediteerde  
vakopleiding



Tekentaal

# Open Dag 1 september 2024

---



1 september 2024 kunnen we elkaar op de Open Dag ontmoeten! Beleef de creatieve weg van Vrije Academie 't Pad.

Wil je onderzoeken of de Vrije Academie 't Pad iets voor je is, kom vrijblijvend workshops ervaren op onze Open Dag. Je kunt dan wat ervaren over wat je gaat leren. En is het 'wel of niet kunnen tekenen' nodig voor de opleiding? Niet dus! Maar mag wel.

Op onze opleidingen leer je vanzelfsprekend je creativiteit te ontwikkelen maar leer je ook:

- onafhankelijk geld verdienen in je eigen atelier of met je praktijk;
- jouw persoonlijke bijdrage leveren aan je omgeving, jouw authentieke

druppel in de wereldzee van de mensheid te zijn;

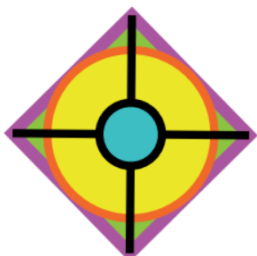
- binnen je vakgebied verdieping en vernieuwing brengen;
- specialist worden in je eigen vakgebied.

## Dagprogramma

Vanaf 11.15 uur ben je welkom met koffie en thee.

We hebben vanaf 12.00 uur drie rondes van workshops: d.w.z. twee keer een creatieve ervaring en één keer een interactieve uitleg over de opleiding door Marjan Raven, of als je dat wilt is er de mogelijkheid een van de workshops in te leveren voor een persoonlijk gesprek over jouw specifieke mogelijkheden.

[Meer informatie op de website.](#)



**Vrije Academie 't Pad**

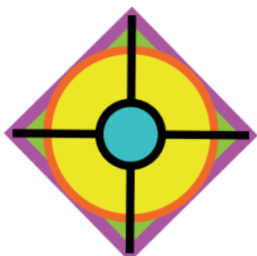
Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -  
Holistisch Beeldend Kunstenaar  
vrijeacademiehetpad.nl - vrijeacademiehetpad@gmail.com

# Start Kern In Beeld jaar

---

Op 2 oktober start de woensdag groep van het KIB jaar, we hebben hier nog veel plek. Op vrijdag 13 september begint de andere KIB groep, hier zijn nog 2 plaatsen beschikbaar.

[Meer informatie over het basisjaar.](#)



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -

Holistisch Beeldend Kunstenaar

vrijeademiehetpad.nl - vrijeademiehetpad@gmail.com

# In samenklank schilderen binnen een kader

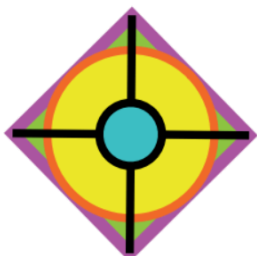
Marjan Raven, directeur Vrije Academie 't Pad



De mensheid lijkt niks te leren van het verleden. Maar is dat echt zo?

Als we maar heel ver uitzoomen en dan kijken naar de ontwikkelingen van de mens door de tijden heen, dan kunnen we iets bijzonders waarnemen.

We zijn ooit begonnen als wanderers in een woeste, wilde natuur die ons omringde. We liepen daar in een klein groepje, man vrouw en kinderen en andere verwanten, zo'n



Vrije Academie 't Pad

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -

Holistisch Beeldend Kunstenaar

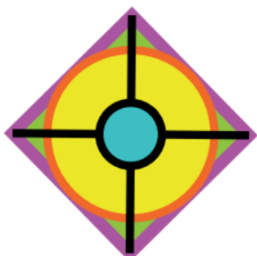
[vrijeademiehetpad.nl](http://vrijeademiehetpad.nl) - [vrijeademiehetpad@gmail.com](mailto:vrijeademiehetpad@gmail.com)

groep bestond uit zo'n 30 tot 50 personen (zo'n familie heet in de antropologie een band). Een mini groep van harmonie en eenheid zonder een leider. Na een aantal duizenden jaren werden deze band groepen met veel gebakkelei het eens dat het meer kans gaf tot overleven als ze zich samenvoegden tot een stam. Een stam was van een paar honderd tot een paar duizend personen. De bindende factor was een eigen cultuur, kunst en taal. Een nieuwe, complexere vorm van organisatie was nodig. Een informele leider of opperhoofd met een aantal adviseurs om zich heen was nodig om intern harmonie en vrede te bewaren. De stamleden gaven zich over aan deze leiding.

Nog weer duizenden jaren verder werd de eerste stadstaat gevormd, men gaat er meestal vanuit dat dit Uruk of Jericho is. In ieder geval ergens in het Midden-Oosten. Dit was pak hem beet zo'n 10.000 jaar geleden. Best lang geleden dus.

Zo'n 4.000 jaar geleden ontstond in Mesopotamië de eerste stadstaten. Hier woonden wel zo'n 50.000 mensen! Een nog complexere vorm van eenheid dus. Natuurlijk gold voor de rest van de wereld een divers patroon van alle stadia, en dat is nu nog steeds het geval.

De vorming van elk nieuw stadium ging vaak met onrust gepaard. Veroveringen, uitbuitingen, maar ook nieuwe niveaus van welvaart. Intern in het eigen stadium van organisatie kon en kan het echter wel degelijk vredig zijn. We ontwikkelen ons dus tot een steeds complexere vorm van samenwerken en samenleven. Terwijl we dat eigenlijk helemaal nooit echt gepland lijken te hebben!!



Van samenwerkende stadstaten naar autonome staten en van staten naar een collectief van staten zoals we dit nu zien met de VS, de EU en de VN. Het gaat zeker weten niet allemaal even makkelijk. En we zitten in dit tijdsgewricht in het laatste staartje van het vormen van staten naar de samenwerking van staten op wereldniveau. We zien al ontwikkelingen in die richting met The World Economic Forum en de klimaattop. Dat dit onrust, angst, spanning en polarisatie geeft in landen en tussen landen is duidelijk maar er lijkt niks anders op te zitten dan open te staan voor dit volgende ontwikkelingsniveau. Wat mij niet erg lijkt, want dan komt er eindelijk rust op deze planeet.

Op de baha'i zomerschool hebben we met een groepje van negen mensen zes kunstwerken gemaakt over het bovenstaande thema. We deden dit door allemaal over alle kunstwerken tegelijkertijd te mogen werken. Geen werkstuk was van iemand.

We hadden wel een structuur:

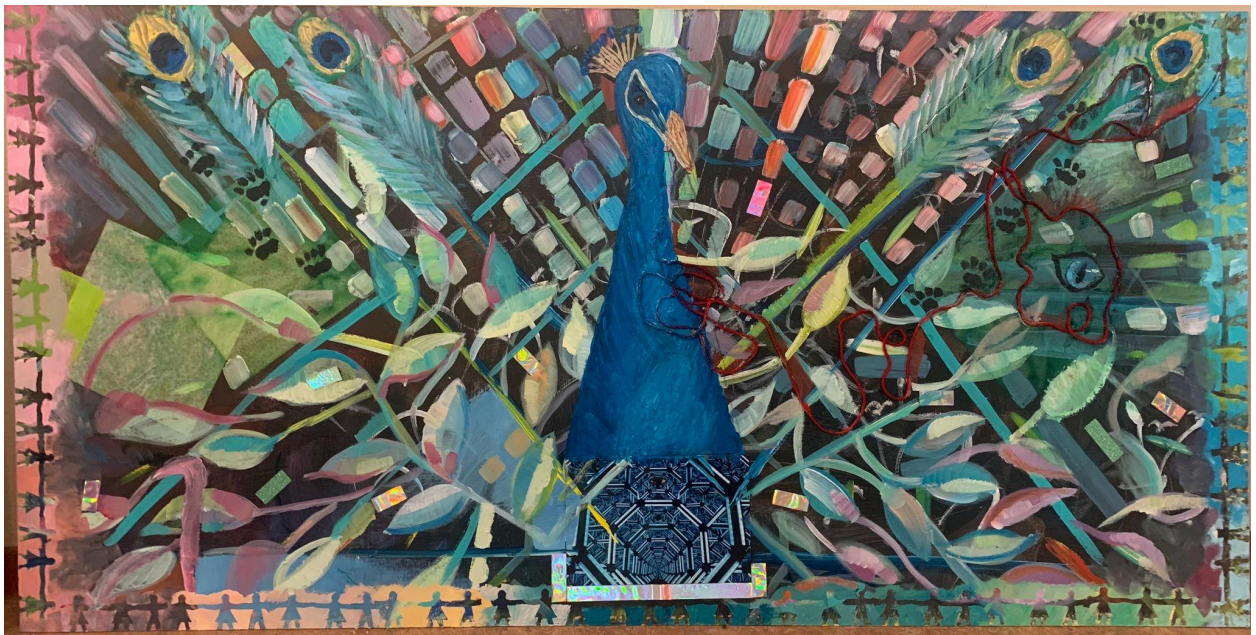
Eerste laag/ dag: goddelijke energie

Tweede laag/ dag: plantenwereld

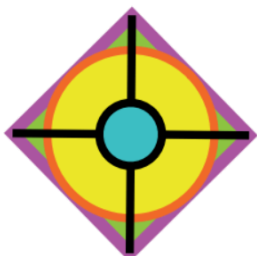
Derde laag/ dag: dierenwereld

Vierde laag/ dag: mensenwereld

We begonnen elke dag met een inspiratiebron over het thema. Daarna gingen we in overleg met elkaar hoe we dit aan zouden pakken. Daarna aan het werk en we ronden de dag af met een nabespreking.



(De zes kunstwerken staan afgebeeld bij dit stuk, op de voorpagina, de laatste bladzijde én op bladzijde 3 van deze nieuwsbrief.)



# De uitkomst van een uitdaging

---

Carla Birza, alumna HBK-4

Tijdens de eindpresentatie heb ik mijzelf tov mijn klas de uitdaging gegeven om alleen op vakantie te gaan. Ik heb een vakantiehuis geboekt in Bretagne aan het strand. Ik had besloten om er in twee dagen heen te rijden en onderweg eventueel in de auto langs de kant van de weg te slapen als dat zo uitkwam. Ik heb een matras achter in de auto gelegd en alle bagage daarop. Ik had ook besloten om de fiets mee te nemen. Ik heb nog een fietsenrek voor op de trekhaak, maar wist eigenlijk niet of ik dat in mijn eentje voor elkaar zou krijgen, om het achterop de auto te monteren en of ik de fiets erop kon tillen en dat lukte. Dat is een enorme overwinning, want nu kan ik dus ook een fietsvakantie voor mezelf organiseren. Als het weer volgende zomer mee zit, bijvoorbeeld rondje IJsselmeer, lijkt me super.

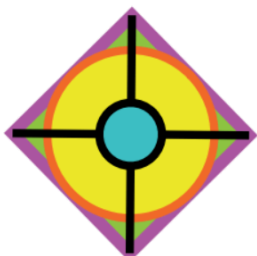
Mooi, ik heb een lijstje gemaakt met plaatsnamen voor de route. Ik heb besloten om Parijs te ontwijken dus bij Lille van de autoroute af en de route nationale gevolgd. Als je die keuze maakt, kun je niet meer snel op die keuze terugkomen. Eerst kom je nog door een landschap met een beetje van alles, landbouw, veeteelt en industrie. Al gauw verandert het landschap in alleen maar landbouw, namelijk: graan, kolen, linzen, beetje maïs, vlas en andere gewassen die ik niet direct herken, tot aan mijn bestemming. Ik heb twee dagen door eten gereden. Uitgestrekte velden met eten tot aan de horizon.

Er is in dit gebied niets meer, geen hotel, geen leuke dorpjes met terrassen, geen Routiers (de plekken waar vroeger vrachtwagenchauffeurs overnachtten en waar je goed kon eten). Alles is weg en in plaats daarvan zijn er nu rotondes gekomen. Heel veel rotondes. Elke afslag is nu een rotonde. En flitspalen, die staan er ook volop.



Ik realiseer me ineens dat ik, rijdend in ons campertje, tegen Ingmar, de liefde van mijn leven, die op 47 jarige leeftijd ineens overleed, riep. "Deze route nemen we nooit meer!"

De realiteit is anders, hier was ik dus en dacht "ik ben best wel moe, ik ga maar eens een plek zoeken om langs de weg te slapen"; en toen was daar ineens een bordje 'camping'. Ik moet bekennen dat deze hele onderneming is opgetuigd, om te ervaren, dat ik me vrij kan bewegen in deze wereld. Vroeger werd ik altijd lastig gevallen door



mannen. Met de komst van Ingmar was dat verleden tijd, maar nu wil ik dat ervaren. Ik ben tenslotte geen jonge hinde meer.



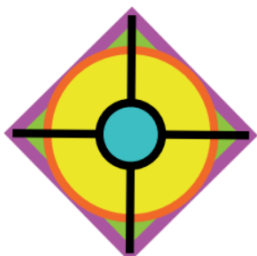
Heel bijzondere ontmoetingen gehad op de camping, maar niet relevant voor dit verhaal. Oh ja, wat wel belangrijk was, is dat ik er achter kwam dat ik soms wel wat beter voor mezelf kan zorgen. Zo had ik niet de moeite genomen om de bagage wat aan de kant te schuiven zodat ik midden in de nacht wakker werd en dacht: "oh dat is niet fijn die schoenen in mijn rug". Ik heb heerlijk gewandeld en gezwommen en het huis was fantastisch.

Nu, weer thuis, kom ik tot een geweldige ontdekking. Ik heb tijdens deze vakantie een stem achtergelaten die mij almaar opdrachten gaf. Opdrachten die ik vaak niet kon volbrengen en dat gaf me dan een ontevreden schuld gevoel.

Die stem is niet meer en al doe ik de hele dag niks, dan nog heb ik een tevreden gevoel. Het is nu zo, dat ik vaak juist wel iets doe, maar spontaan, omdat het in me opkomt en dan ben ik heel tevreden. Ik kan nu bijvoorbeeld alleen 'een plant verplaatsen' en daar heel tevreden over zijn.

Ik heb deze zomervakantie zo intens genoten van het leven, de zon, de wind, vrienden en vriendinnen, de natuur, mijn hondje, de regen, rust en onrust.

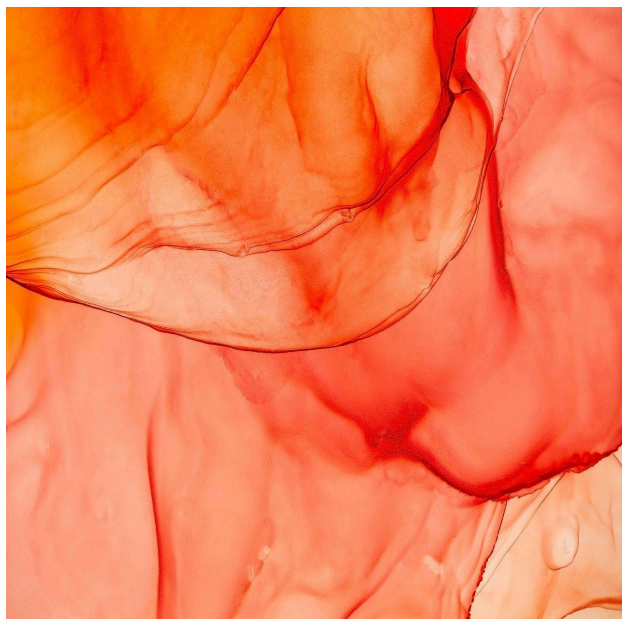
Ik weet zeker dat Ingmar en Liesbeth trots op me zijn.



# Cursus: Filosofie van de Ander

---

*Vier dagen hedendaagse filosofie ervaren via beeld en lichaam!*



Ontdek filosofie eens op een andere manier. Want filosofie is zoveel meer dan iets met moeilijke woorden en veel tekst en lastige concepten en namen. Filosofie gaat over hoe je in de wereld staat. Hoe je verantwoordelijkheid neemt voor wie je bent en wat je doet. Filosofie gaat over hoe je bent en wat voor invloed dat heeft op de mensen om je heen. Filosofie is een houding, die je kunt onderzoeken en ondervinden door kunstzinnig bezig te zijn. En dat gaan we in deze cursus samen doen.

Onder leiding van filosofe dr. Nicole des Bouvrie, gepromoveerd in de hedendaagse filosofie en docent ACT en beeldende therapie op Vrije Academie 't Pad, gaan we in deze cursus vier dagen lang ons

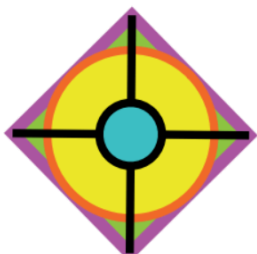
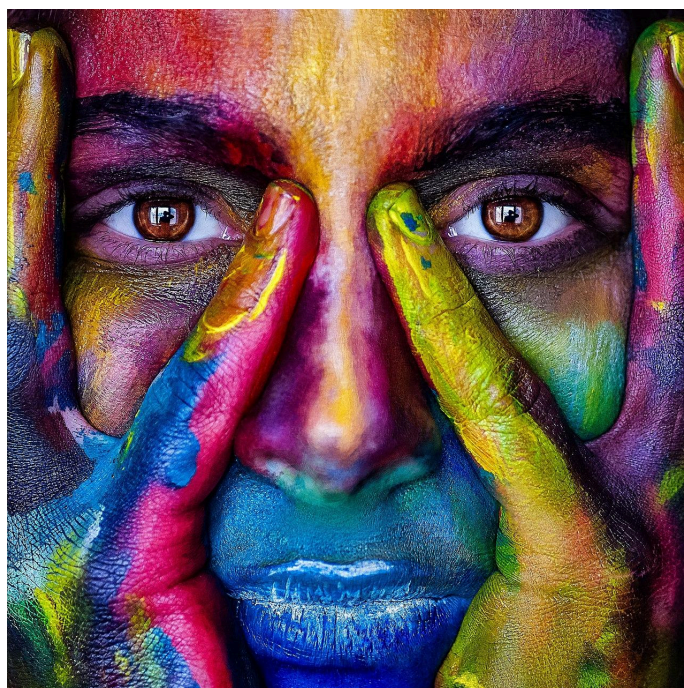
onderdompelen in de filosofie op de Pad manier - dus door te ervaren, te reflecteren en vooral veel beeldend zelf bezig te zijn. Niet (te veel) praten, maar doen dus. Er zullen elke dag een aantal filosofische concepten centraal staan, waar we door beeldende oefeningen mee aan de slag gaan en meer te weten over komen.

Durf jij jouw wereldbeeld te bevragen, je onder te dompelen in de hedendaagse filosofie? We gaan vooral veel putten uit de 20e en 21e-eeuwse (feministische) filosofie. Deze cursus is geschikt voor filosofen die alles al weten maar dat graag willen leren ervaren, en voor mensen die al weten dat ze ervarend het meeste leren en graag zich willen verrijken met meer filosofie.

Voor papier wordt gezorgd, zelf beeldend materiaal meenemen. Voorafgaand krijg je een materialenlijst, er is een klein winkeltje aanwezig mocht je materiaal willen aanschaffen.

Datums: 28 september, 12 en 26 oktober en 16 november 2024

Docent: Nicole des Bouvrie



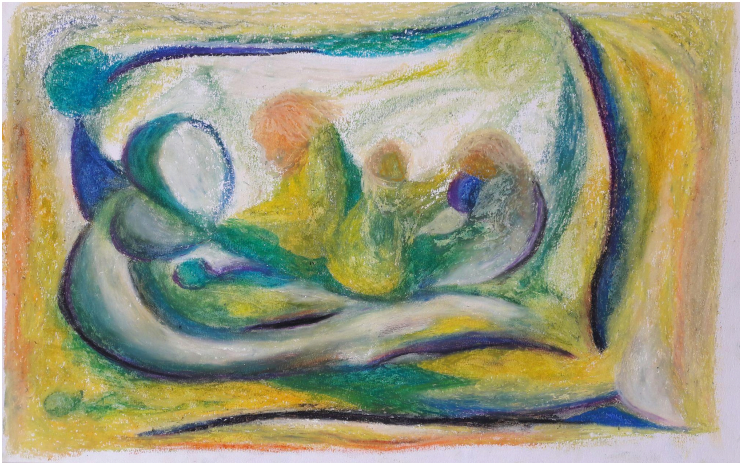
---

**Vrije Academie 't Pad**

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -  
Holistisch Beeldend Kunstenaar  
vrijeacademietpad.nl - vrijeacademietpad@gmail.com

# Cursus: Beeldtaal

---

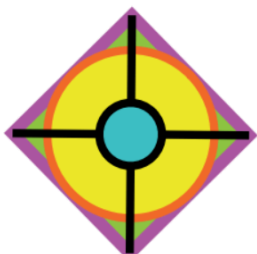
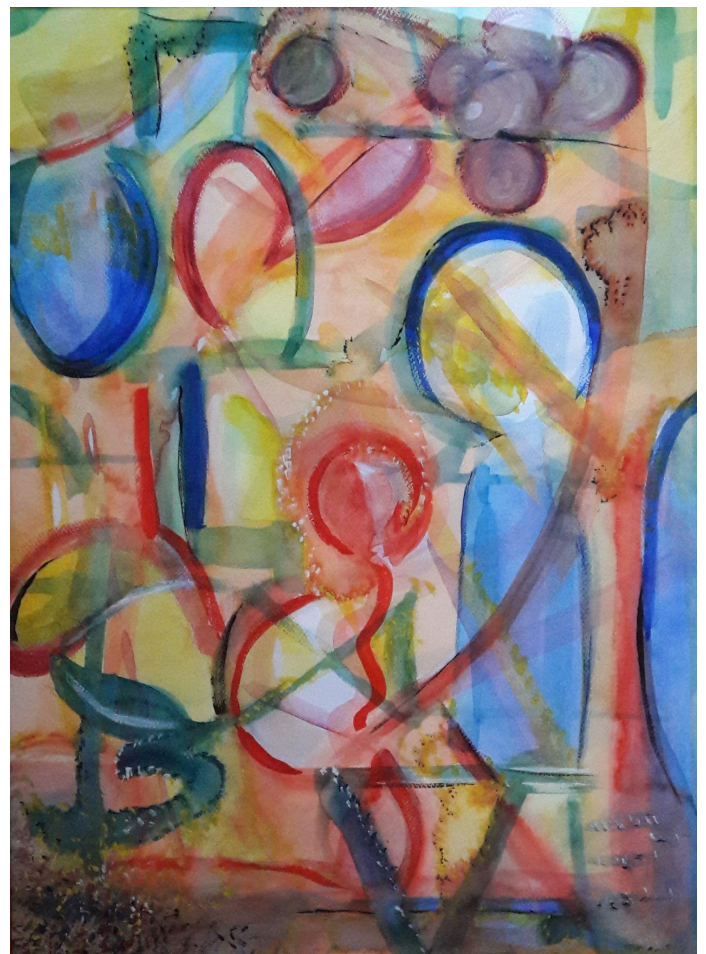


Elke schepping is uniek, want elke schepper is een uniek creatief wezen. En iedere creatie (beeld) laat altijd ook iets van de maker zien. Een beeld is een uiting van bewuste, en onbewuste gedachten, gevoelens, verlangens die op het moment van het maken van het beeld -door de keuzes die gemaakt zijn in materiaal en beweging- zich laat zien in het beeld.

Elk beeld heeft dus een bepaalde energie, en welke is vooral zichtbaar en welke niet? En het heeft een bepaalde toon, en eventueel ook kleuren. Al dan niet gemengd en met zachte of meer stevige toets aangebracht bijvoorbeeld. Misschien heeft het beeld ook bepaalde vormen, of is er iets opvallends weergegeven in de lijnvoering? In hoeverre heeft het gelaagdheid, diepte? En welke symboliek laat zich zien?

Een ieder ziet soms ook weer iets anders. Objectief waarnemen is soms lastig. Wat we waarnemen, doen we namelijk eigenlijk altijd door een gekleurde bril. Want waarnemingen worden in onze hersenen gekoppeld aan onze eerdere ervaringen. Zo herkennen we wat we zien en geven we ook ieder onze eigen, unieke betekenis aan. Dat gebeurt grotendeels, onbewust.

Samen kijken naar beelden en vragen stellen vanuit beeldelementen is een manier om beelden zo objectief mogelijk waar te nemen en meer bewust te worden van bijvoorbeeld eigenschappen, kwaliteiten en patronen. Meer objectiviteit in waarneming is als vaardigheid te trainen. Hoe meer je het doet, hoe gemakkelijker



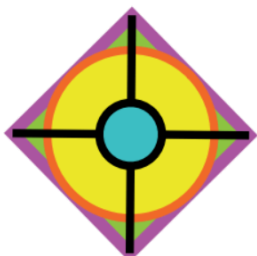
het gaat. En oefening baart kunst! Hoe dan ook, een verrijkende ervaring om samen met een groep te doen.

Vrije Academie 't Pad geeft je daarom graag de mogelijkheid hierin vaardiger te worden en kennis ook op te frissen. Want, hoe was het ook alweer? Energie, toon, kleur, vorm, lijn, diepte, zen, figuratief, symboliek.. En wat kan het allemaal betekenen? Ben je geïnteresseerd in wat beelden je laten zien? Of ben je coach of therapeut en zou je graag meer uit het beeldend werk van je cliënten willen halen? Kom dan meedoen aan deze driedaagse cursus!

Op vrijdag 11 & 25 oktober en 8 november

Van 10.00 – 16.30 uur

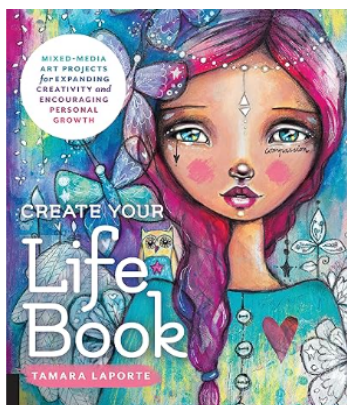
Docent: Margreeth Zwiggelaar-Ufkes



# Boeken Tip: Create Your Life

Lisa Buijnink, student KIB

Momenteel lees ik een interessant doe-boek: Create your life van Tamara Laporte. De introductie vond ik een erg mooie tekst, daarvan wat foto's. Ook stond er een mooie quote in.



## *How Creativity Can Help You Heal*

The creative process can be used as a tool for expressing ourselves on the page or canvas to improve our physical, emotional, and psychological well-being. Once we engage in expressive art-making, magical doors open and we can find ourselves understanding and resolving painful issues as well as reducing stress, managing behaviors and strong emotions, and improving our awareness and self-confidence.

Our creative selves are our magical selves.  
Creativity, to me, is at its essence self-connection

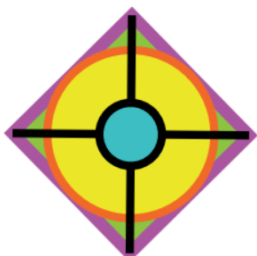
"all children are born artists. the problem is to remain an artist as we grow up."  
-pablo picasso

and communication. It's a gateway to intimate conversations with parts of myself I may not have access to through other means.

I have found that when people engage in the creative process, they enter a safe space in which they can be more freely themselves and feel less inhibited. They get more intimately acquainted with their inner vulnerable selves and become more deeply aware of their thoughts, feelings, and needs.

This awareness frequently serves to help people grow personally and heal unresolved pain.

The creative process is accessible to anyone, so long as a playful, nonjudgmental approach to creating is taken. No talent or previous experience is needed—just a willingness to play and be open to fluidly responding to your inner world, colors, brushstrokes, layers, and mark-making. It's fun and joyful too!



# Perspectief wissel - ACT Beeldend!

Nicole des Bouvrie, docent

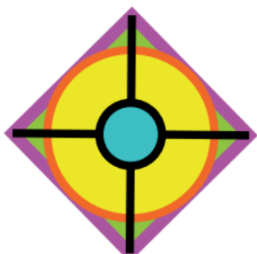


Experimenteren betekent ook... nieuwe vormen van expressie onderzoeken en uitproberen. ACT op Instagram, zou dat kunnen? Wat zou je dan kunnen? Zou ik dat kunnen inzetten om meer zichtbaarheid te geven aan ACT, aan mijn nieuw geopende praktijk? Spannend wel, en vooral ook erg leuk - en tijdvreterend!

Als therapeut in ACT (Acceptatie en Commitment Therapie) gebruik ik beeldende ervaringen om je op een andere manier te laten kijken naar wat er is. Om het vastzitten in denkbeelden te kunnen doorbreken zodat je zelf de ruimte en vrijheid kunt ervaren om je eigen keuze te maken.

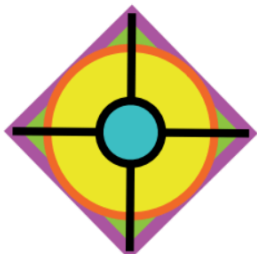


En dat kun je wel weten, maar soms moet je het toch weer zelf opnieuw doen. Ervaren!





Meer 'reels' zijn te vinden op:  
<https://www.instagram.com/actbeeldend/>

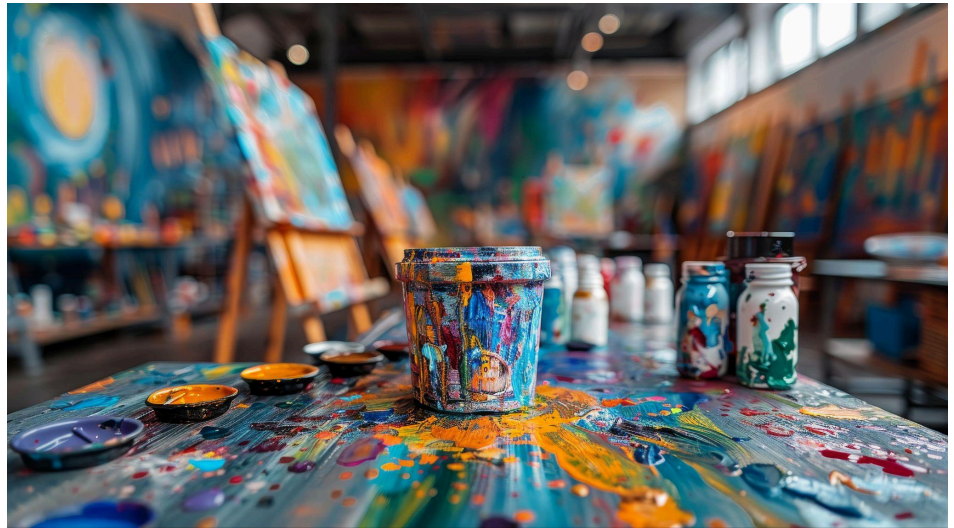


# Cursus: Durf te Doen & Zie Jezelf\*

Docenten: Nicole des Bouvrie & Rimke Paul

\* Alle bullshit inbegrepen

Gewoon maar wat doen — vaak is dat makkelijker gezegd dan gedaan. Tijdens deze cursus gaan we samen de uitdaging aan om te oefenen met spelen, met jezelf te (her)ontdekken door te doen. Beeldend aan de slag dus, met een flinke portie luchtigheid en confrontatie met wat er gebeurt.



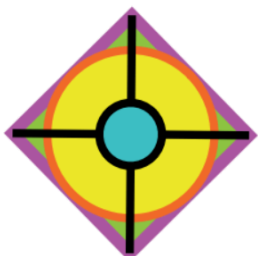
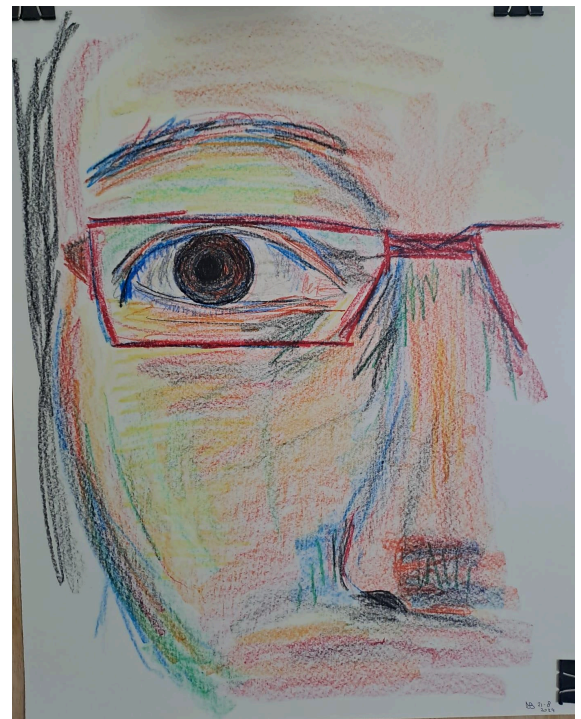
Tijdens elke dag staat zelfonderzoek centraal en gaan we je uitdagen om jezelf werkelijk zichtbaar te maken. (Inclusief alle bullshit, alle nare stukken die je liever vermijdt maar daarom in de weg staan.) Experimenteren met beeldende materialen en ontdekken wat jij allemaal in huis hebt.

Door verschillende materialen en opdrachten aan te bieden gaan we je uitdagen je eigen weerstanden en uitdagingen aan te gaan, van fusie naar defusie, van vermindering naar acceptatie. Met als doel dichterbij je eigen waarde te komen en deze in te kunnen zetten, als vrij mens.

We gebruiken de holistische visie van Vrije Academie 't Pad als basis, sterk verankerd in ACT, een wetenschappelijk onderbouwde cognitieve gedragstherapie. Er is gedurende de hele dag ook ruimte om samen met één van de docenten 1-op-1 je eigen stuk aan te kijken.

Vier vrijdagen in oktober-november 2024

[Meer informatie.](#)



**Vrije Academie 't Pad**

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -  
Holistisch Beeldend Kunstenaar  
vrijeademiehetpad.nl - vrijeademiehetpad@gmail.com

# Cursus: Leven vanuit je Hart

Liefde, eenheid, polariteit ... op Vrije Academie 't Pad staan vijftien basisprincipes centraal, die door de hele opleiding heen verweven zijn. In de cursus Leven vanuit je Hart worden ze in een persoonlijk proces toegelicht en uitgediept.

Het programma bestaat uit drie blokken: blok één is vanuit een zuiver hart, het tweede blok vanuit een warm hart en het derde blok vanuit een stralend hart. De basisprincipes zoals de Vrije Academie 't Pad die kent zijn op betekenisvolle wijze als volgt verdeeld over de drie blokken, die ook los te volgen zijn. Elk blok is verdeeld over 5 à 6 weken, op woensdagen:

## Blok 1 Zuiver hart - transparantie

Basisprincipes: Spiegelen en symboliek, Uniciteit, Oneindigheid, Projectie, Verantwoordelijkheid

11, 18, 25 september en 9, 16 oktober 2024

## Blok 2 Warm hart - verbinding

Basisprincipes: Liefde, Eenheid, Interactie, Wederkerigheid, Transformatie

30 oktober en 6, 13, 20, 27 november 2024

## Blok 3 Stralend hart - betekenis

Basisprincipes: Polariteit, Levensopdracht, Vrije wil & groei, Vertrouwen, Creativiteit

22, 29 januari en 5, 12, 19 februari 2025

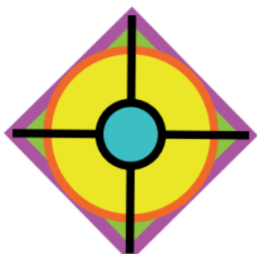
Een cursus van transformatie van je hart, je ziel of kern, waarbij je universele spirituele wetmatigheden onderzoekt, ze doorleeft en uitbeeldt. Lichaamswerk gecombineerd met beeldende opdrachten en oefeningen .. én muziek.

Tijden: 10.00 uur – 16.30 uur

Docent: Margreeth Zwiggelaar-Ufkes

Materiaal: basispakket (incidenteel ook extra materialen nodig om mee te nemen).

Geïnteresseerd? [Meld je dan snel aan!](#) De cursus start bij voldoende deelnemers



# Ervarend Leren

---

Nicole des Bouvrie, docent

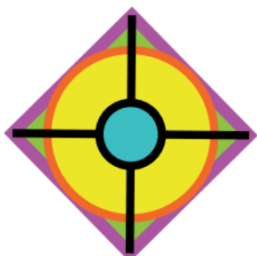
Hoe leer je nieuwe dingen? Deze vraag houdt me al mijn hele leven bezig. Want ik kan dan veel papiertjes op zak hebben, allerlei opleidingen hebben gedaan, maar dat wil niet zeggen dat ik ook antwoorden en oplossingen kan bieden aan anderen. Waar het uiteindelijk op neer komt als ik een ander persoon ontmoet is heel simpel: hoe kan ik de voorwaarden en ruimte scheppen zodat de ander zelf iets kan leren. En dat werkelijk goed doen, is dan weer niet zo simpel.

Zowel als docent als in mijn praktijk als therapeut kom ik continu mensen tegen die iets van mij willen. “Bedankt voor je wijze lessen,” schreef een student me na afloop van haar opleiding. En een ander schreef in haar evaluatie: “Je mag best wel eens vaker iets zelf vinden.” Allebei prachtige complimenten, omdat het duidelijk is dat ik ergens in geslaagd ben — of in ieder geval zeggen ze iets over de houding die ik als docent (maar ook als therapeut) weet aan te nemen. Ik probeer dan namelijk altijd iets over te dragen zonder daarbij mijn eigen mening en kennis en inzichten op iemand anders te projecteren.

## Klassieke fallische kennisoverdracht

Projecteren noem ik het, maar het is gewoon de klassieke kijk op docentschap (of ouderschap, therapeut, etc) waarbij er een hiërarchische relatie is tussen de wetende en de onwetende. De wetende moet iets doen zodat er een kennisoverdracht is. De onwetende (student, kind, etc) moet zich vooral gewillig opstellen en goed luisteren. Kritische vragen stellen mag wel, maar enkel als het gaat om het beter te begrijpen en niet om het gezag van de wetende te ondermijnen. Want als iemand geen eerbied heeft voor de kennis van de ander, dan is er geen goede leeromgeving.

Misschien is dit ietwat zwart-wit omschreven, maar veel relaties volgen dit patroon. Binnen de feministische filosofie noemt men dit een fallisch patroon, met een actieve geveer en een passieve ontvanger. (Zie bijvoorbeeld werk van Luce Irigaray en Bracha Ettinger.) Precies hoe men eeuwenlang conceptie omschreef, met de ijverige spermacel en de passieve afwachterende eicel.



Biologisch gezien blijkt daar niets van te kloppen overigens – de spermacel doet eigenlijk vrijwel niets behalve hoogstens een klein beetje heen en weer bewegen, terwijl de ontvangende omgeving al het werk doet om de cellen voort te sturen naar de ontvangende eicel.

Het fallische model is nog heel erg gangbaar in alle soorten denken en relaties tussen mensen. En het is ook niet alsof dit model slecht is of niet werkt, er gebeurt zeker wat en tot op zekere hoogte is het ook prima. In sommige gevallen misschien ook wel de enige juiste relatie tussen twee partijen. Maar deze fallische, hiërarchische relatie komt niet ten goede voor werkelijk leren. Want leren is meer dan kennisoverdracht.

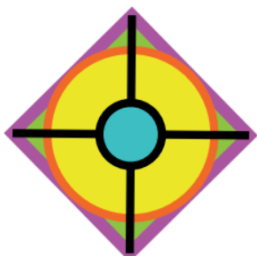
### **Maar wat is leren dan?**

Als docent, maar ook als therapeut, komen mensen met een bepaalde verwachting bij me. Ik heb dan ook een verantwoordelijkheid om aan die verwachting tegemoet te komen, wat niet wil zeggen dat ik alles moet doen wat van mij verwacht wordt. Zeker niet als het gaat om de vorm – daarin ben ik vrij om al spelend tot een resultaat te komen – maar wel als het gaat om het doel. De richting aangeven, de leiding houden dus, daar ben ik verantwoordelijk voor. Maar niet voor het behalen van het doel – dat is aan de student / cliënt om verantwoordelijkheid voor te dragen.

In ACT (Acceptatie en Commitment Therapie) hebben ze het in dit verband over commitment. Dat is de toewijding die nodig is om werkelijk iets te kunnen doen, te kunnen leren. Als docent en therapeut ben ik toegewijd aan het faciliteren, het luisteren en het inspelen op wat er nodig is vanuit al mijn kennis en ervaring. Als student en cliënt ben je toegewijd aan jouw eigen proces en het openstaan voor nieuwe ervaringen, de bereidheid om daarop te reflecteren en (anders) naar te handelen. Bereidheid voor het proces dus. Dat is wat je in de gaten moet blijven houden – is er nog bereidheid, commitment – en niet het resultaat.

### **Wat? Niet resultaat-gericht?**

Op Vrije Academie 't Pad leidt dat soms wel tot lastige situaties. Want wij begeleiden studenten gebaseerd op de bereidheid die ze zelf tonen, niet op het gewenste resultaat dat wij in gedachten hebben. Als docent op 't Pad ben ik continu bezig studenten te verleiden in een bepaalde richting, door te confronteren, te prikkelen, alternatieven te laten zien. Maar waar iemand uitkomt, dat ligt aan heel veel dingen, die voornamelijk in henzelf liggen. We vergelijken studenten dus niet op het gebied van resultaten (wat wel heel jammer is want het zou alles zoveel makkelijker maken voor ons als docenten!) maar op de houding en het proces zelf. Want ondanks dat we graag willen dat studenten als ze klaar zijn op een bepaald niveau zijn (een bepaald resultaat hebben bereikt), weten we dat dat niet goed zou zijn. Veel waardevoller is de vaardigheden te hebben geleerd om zelf te blijven leren.



In die zin is dat niet heel anders in mijn praktijk als therapeut. Het is niet zo dat je in therapie moet blijven tot al je problemen opgelost zijn — sterker nog, ik ben niet een therapeut die een probleem op wil lossen. Ik wil mensen helpen de bereidheid in zichzelf te laten vinden, en de weerbaarheid en flexibiliteit te trainen om met wat er ook gebeurt om te kunnen gaan. Want de ijskappen smelten toch, en niemand heeft het eeuwige leven. Problemen oplossen is dus niet wat ACT doet. Wel gaat ACT over het beter in het leven kunnen staan – het volle leven, inclusief narigheid.

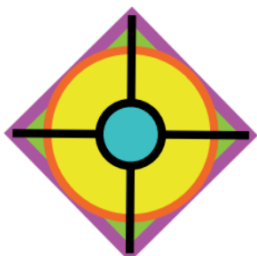
### **Maar hoe leer je dan?**

Leren gaat dus om commitment hebben aan het proces. Dat klinkt nog vaag, maar het is dan ook enkel de basis van waaruit je kunt beginnen. Maar zelfs met commitment, heeft een top-down kennisoverdracht nog weinig zin. Sommige mensen kunnen daar wel iets mee, maar laatst vroeg ik dat aan een van de slimste mensen die ik ken, en zij zei dat ze inderdaad goed uit boeken kan leren, woordjes kan stampen — maar enkel om het een korte tijd te kunnen reproduceren. Goed een andere taal leren werkt dus niet op die manier.



Leren door te doen lijkt het antwoord te zijn. Zeker als therapeut, waarbij ik mensen iets laat doen om daardoor letterlijk meer zicht te krijgen op wat er aan de hand is. Een inzicht gebaseerd op ervaring blijft langer hangen en lijkt ook tot een dieper inzicht te leiden. Je wil namelijk niet dat iemand iets leert over “situatie X” maar over de grotere verbanden waarbinnen X gebeurt en hoe het werkt. Want diezelfde situatie komt waarschijnlijk niet precies nog een keer voor, terwijl het onderliggende patroon zich keer op keer zal herhalen — totdat je je er bewust van bent en het doorbreekt (of niet).

Op Vrije Academie 't Pad beginnen we nooit met theoretische uitleg dus. Studenten zijn er soms wel even beduusd van hoeveel beeldende opdrachten ik tijdens een lesdag praktische filosofie wel niet geef. Direct beginnen met het maken van een tekening, en dan een specifieke vraag om er op te reflecteren — om in de bespreking daar weer op te reflecteren, op de onmogelijkheid van de vraag bijvoorbeeld. In een half uurtje doen we dan al zoveel, wordt al zoveel op z'n kop gezet, dat er een echte vruchtbare bodem vrijkomt om kleine zaadjes in te strooien — of er iets gaat groeien en welke bloemen het precies worden is aan de student. Maar het strooien, het geven van beeldende ervaringen en daar de student (of cliënt) mee te confronteren — dat is wat alle docenten op 't Pad blijven doen. Geloof in de vruchtbare bodem die elke student/cliënt



met zich meebrengt, hoop dat het zaadje goed terechtkomt en voldoende water en zon krijgt op de juiste momenten, en liefde voor het proces van de ander dat altijd leidend is, zonder daarbij de leiding als docent/therapeut te verliezen.

Geloof, hoop en liefde. Simpel hè? En zo indrukwekkend, elke lesdag weer. Elke therapeutische sessie weer. Elk leermoment weer.

*Nicole des Bouvrie is gepromoveerd in hedendaagse filosofie en afgestudeerd als psychosociaal therapeut beeldend aan Vrije Academie 't Pad, waar ze nu lesgeeft in voornamelijk het 3e en 4e jaar in de afstudeerrichting psychosociaal werk. Daarnaast heeft ze een praktijk als ACT/Art therapeut in Nuenen (vlakbij Eindhoven). Meer informatie: [nobyeni.com](http://nobyeni.com)*



## Welkom!

Ik ben Nicole des Bouvrie, filosoof en psychosociaal therapeut beeldend, met jarenlange ervaring als docent en therapeut. Gespecialiseerd in Acceptatie en Commitment Therapie (ACT) en beeldend werken.

**ACT - DOEN WAT WERKT**  
**BEELDEND - ERVAREND LEREN**



## Nobyeni

**Filosofie & ACT:** Gepromoveerd in hedendaagse filosofie en opgeleid tot psychosociale therapeut beeldend met specialisatie in ACT.

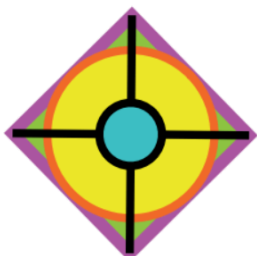
**Individueel traject:** Jouw hulpvraag staat centraal, samen bepalen we het traject dat naar jouw doelen toewerkt op een tempo dat bij jou past.

**Ondersteuning bij:** o.a. angsten, stress, hoogbegaafdheid, burn-out, depressie, onzekerheid, verlies.

## In Nuenen

Vlakbij Eindhoven, gratis parkeren op eigen terrein.

NOBYENI.COM      NICOLE.NOBYENI@GMAIL.COM      PARKSTRAAT 54, NUENEN (NB)



**Vrije Academie 't Pad**

Psychosociaal Therapeut Beeldend - Psychosociaal Coach Beeldend -  
Holistisch Beeldend Kunstenaar  
[vrijeademiehetpad.nl](http://vrijeademiehetpad.nl) - [vrijeademiehetpad@gmail.com](mailto:vrijeademiehetpad@gmail.com)

# Cursus: Geef aandacht aan Verlies en Rouw

---



Verlies en rouw kennen verschillende vormen. Van klein tot groot verlies. Van verwarring tot intense pijn en verdriet. We weten allemaal dat het belangrijk is verlies te verwerken door te rouwen om wat verloren is. Verlies in de ogen kijken en de diepe gevoelens die hiermee gepaard gaan, toe te laten. Weten is echter iets anders dan beleven. We raken uit balans.

We moeten onszelf weer zien te vinden. Echter hoe dan?

Verlies kent verschillende lagen. Pijn kan alleen in stapjes worden toegelaten. Ook staat er geen tijd voor de verwerking. Liefdevolle aandacht voor jezelf (voor anderen), zachtheid, geduld, een luisterend oor en delen helpen mee om het verlies in het leven te verweven. Niet met ons hoofd, maar met ons hart. Zodat je ziel weer gaat stralen, ook al voel je je gewond.

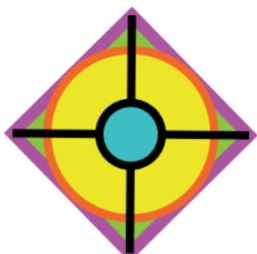
In deze cursus zullen we gebruik maken van creatieve middelen om het proces van rouw en verlies uit te nodigen zichtbaar te worden. We kijken terug en vooruit. Ervaren in het Nu. Delen wat er gedeeld wil worden. Heb je een eigen praktijk dan kun je de opdrachten gebruiken om ook anderen te begeleiden. Voor verdere informatie zie de website.

Datums: Donderdag 3 en 17 oktober, 7, 21 en 28 november 2024

Tijd: van 10.00 tot 16.30 uur

Prijs: € 675,- (incl. syllabus)

Materialen: Inclusief papier en boetseerklei. Exclusief overige materialen zoals kleurpotloden, bijenwaskrijt, pastel- en oliepastelkrijt, deze zelf meenemen of zijn in het winkeltje op de opleiding te koop.



# Tip: Nieuwsbrief van Lisette Thooft

Ingrid Friesen, docent

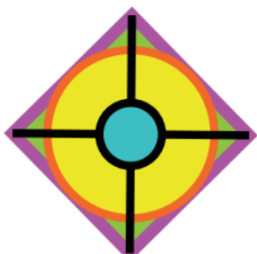
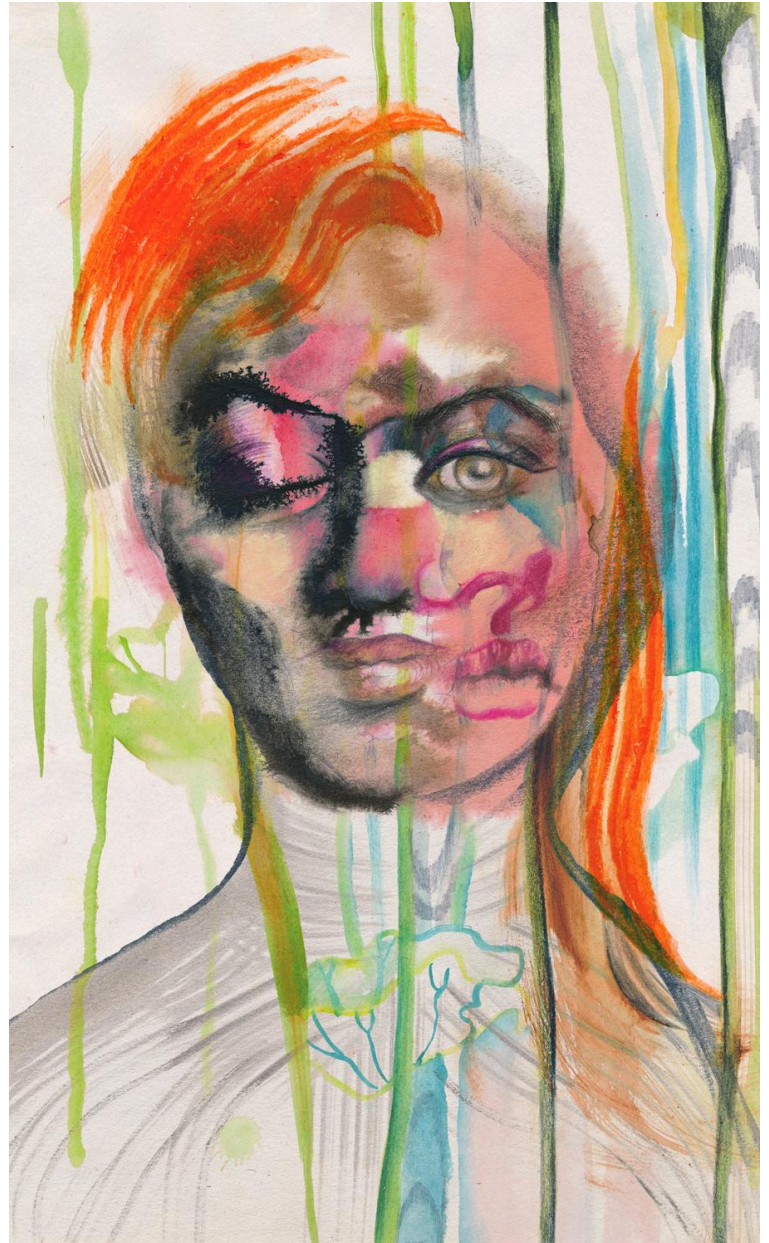
Van alle nieuwsbrieven die dagelijks in stortvloed mijn mailbox in rollen, lees ik denk ik maar 2%. Ik ben het echt wel van plan, ik schreef me niet voor niets in. Maar als trage lezer met een vol hoofd hangt mijn vinger voor ik het weet alweer boven de delete knop die ik dan met lichte teleurstelling in mezelf en een gevoel van missing out indruk. Er is echter één nieuwsbrief die ik nooit delete. Die van Lisette Thooft. Ze schrijft smeug, vlot, herkenbaar, confronterend en vaak vanuit een ander perspectief dan dat ik ken, maar die zo logisch is dat ik het meteen omarm. Het gaat over de grote dingen in het leven, verpakt in kleine, alledaagse gebeurtenissen. Voor wie haar niet kent, ze is Rebalancer en publicist. Moeder van twee, grootmoeder zelfs al van acht kleinkinderen. Misschien ken je haar boeken; 'Kom uit je hoofd' en 'Wie domme dingen doet wordt wijs'.

En waarom probeer ik jou nou over te halen om deze nieuwsbrief toe te voegen aan jouw hoogstwaarschijnlijk ook veel te lange nieuwsbrieven lijst? Omdat ze, waarschijnlijk zonder dat ze het weet, vaak vanuit de 'ACT-gedachte' haar columns schrijft. Ik ben benieuwd of je mijn mening deelt.

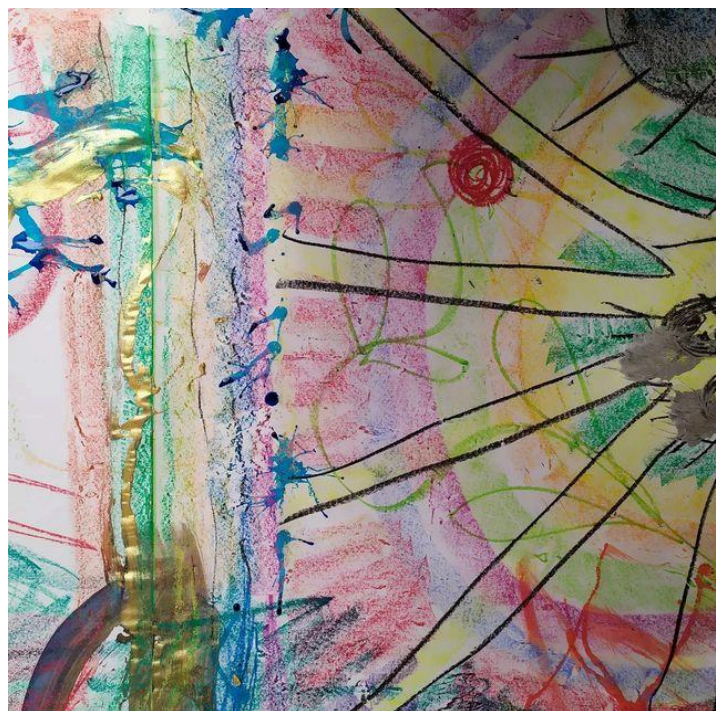
Hier haar nieuwsbrief van 1 augustus: [Lekker diep gaan in je eentje](#)

[Inschrijven nieuwsbrief.](#)

(Beeld van Ingrid Friesen)



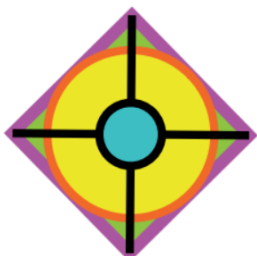
# Cursus: Werken met Kinderen



Wil je een onvergetelijke reis maken naar de wereld van het werken met kinderen, jeugd en jongeren? Dan is onze intensieve vijfdaagse cursus "Werken Met Kinderen" precies wat je nodig hebt! Ontworpen als een specialisatie bij PSW-3 of HBK-3, is deze cursus ook open voor belangstellenden in het werkveld die graag hun kennis willen uitbreiden.

Gedurende vijf dagen nemen we je mee op een reis door de holistische beeldende methode van de Vrije Academie 't Pad, ondersteund door Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Hier is een korte blik op wat je kunt verwachten:

- Dag 0: We starten met het afstemmen op ACT en beeldend werken, om de basis te leggen voor de komende dagen.
- Dag 1: Ontdek de magische fase, waarin we ruimte creëren voor alles wat mogelijk is, vooral gericht op het kleine kind.
- Dag 2: Duik in de fantasiefase, waarin we de natuurlijke speelsheid aanwakkeren en ons richten op procesgericht werken in plaats van resultaatgericht.
- Dag 3: Verken de schaduwfase, waar we uitgaan van beeldende uitdagingen en werken aan het vergroten van (zelf)vertrouwen en expansie, vooral gericht op de puber.
- Dag 4: Betreed de realistische fase, waarin we ons richten op



sociale vaardigheden, zelfontdekking en interactieve processen, vooral gericht op de adolescent.

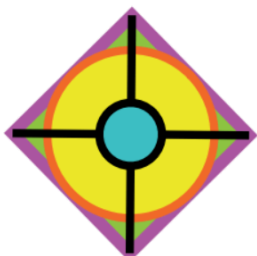
Onze docent, Eva Gysen, brengt haar jarenlange ervaring en passie voor het werken met kinderen naar de cursus. Haar benadering moedigt spel, experimentatie en zelfontdekking aan. Door haar open houding creëert ze een omgeving waarin cursisten zich vrij voelen om te delen, te leren en te groeien.

Maar geloof ons niet zomaar op ons woord! Hier zijn enkele krachtige getuigenissen van eerdere deelnemers aan de cursus:

- "Leuke, inspirerende en leerzame lessen. De cursus was heel mooi van opbouw."
- "Elke les krijg je weer een nieuw inzicht, meer verdieping en verwondering."
- "De cursus bevat veel praktische tips en waardevolle momenten. Docente Eva heeft goede coaching skills en een warme persoonlijkheid."
- "De cursus was niet alleen interessant, maar ook confronterend, wat het boeiender en leerzamer maakte."

De cursus vindt plaats op zaterdagen 28 september, 12 oktober, 26 oktober, 9 en 23 november, van 10.00 tot 16.30 uur. De investering voor deze waardevolle ervaring bedraagt slechts € 650, inclusief basismaterialen met af en toe wat extra's.

Mis deze kans niet om jezelf te verrijken en te groeien in je professionele ontwikkeling als het gaat om het werken met kinderen, jeugd en jongeren. [Schrijf je vandaag nog in!](#)



# Cursus: Betekenisvol Leven

---

Een negendaagse cursus over de diepere waarden van jouw persoonlijke zijnskracht.

Onze samenleving, hier en overal, heeft een nieuwe energie, een nieuwe visie en een nieuw mensbeeld nodig. Het najagen van materieel geluk blijkt uiteindelijk niet bevredigend te zijn en zelfs de aarde uit te putten. Het moet anders. Oké.... Maar wat kan ik daaraan doen?

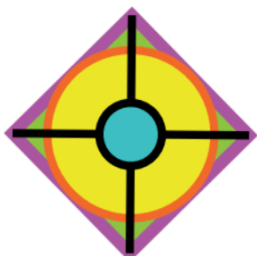
We kunnen onszelf bewuster maken, niet alleen in denken maar ook in handelen. Dat beïnvloedt direct je eigen omgeving en op die manier dragen we bij aan iets dat groter is dan groots in het hier en nu.

Wat kan ik bijdragen ...? We onderzoeken samen relevante, diepgaande waarden die bijdragen aan de verbetering van de wereld.

Docent Marjan Raven

Gaat van start op 9 september 2024,  
op 9 maandagen in 2024-2025.

[Meer informatie.](#)



# Cursus: ACT Beeldend in jouw leven



Ervarend ACT leren toepassen in je eigen leven. Op de beeldende manier die op Vrije Academie 't Pad centraal staat. Doen in plaats van praten. Reflecteren op wat er letterlijk tijdens de dag gebeurt in plaats van bedenken wat er zou kunnen gebeuren. Een vierdaagse cursus onder leiding van Nicole des Bouvrie.

## ACT Beeldend?

ACT staat voor Acceptatie en Commitment Therapie. Het is een wetenschappelijk beproefd model waarbij 'doen wat werkt' centraal staat. Doel is psychologische flexibiliteit, zodat je flexibel kunt reageren op wat er op je pad komt en je eigen waardes kunt naleven.

## Waarom beeldend?

In onze Westerse maatschappij zijn we gewend om alles te verklaren en te rationaliseren. We zijn getraind om te vertellen over wat er is. Prima, zolang het werkt. Maar het werkt vaak ook tegen ons, wanneer het gaat om dingen die we liever niet onder ogen komen. Vandaar het werken met beelden – met het zelf maken van beelden en die gebruiken om opnieuw naar onszelf te kunnen kijken. Los van de verhalen die we al kennen over onszelf. In mijn therapeutische praktijk maar ook als docent ACT aan de Vrije Academie 't Pad geef ik vooral beeldende opdrachten (tekenen, schilderen, kleien, etc) om de ACT-processen te ervaren. Vaak in combinatie met lichaamswerk.

Reacties van eerdere cursisten waren duidelijk – soms hadden mensen al meerdere ACT-cursussen gedaan, maar zeiden ze na één bijeenkomst via het ervarend-beeldend werken al meer te hebben geleerd. Beeld werkt!

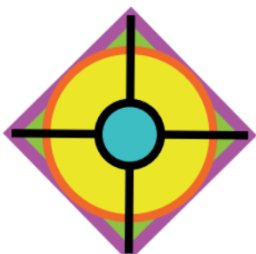
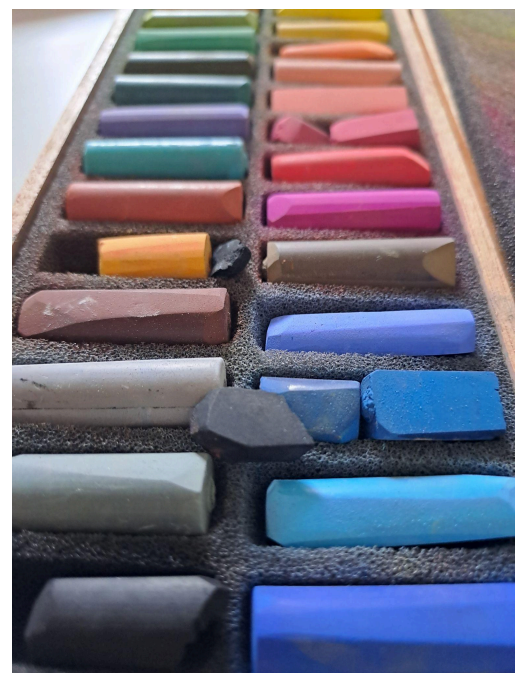
## Voor wie?

Voor iedereen die graag (meer) over ACT wil leren en ACT wil leren toepassen in haar/zijn eigen leven. Ervaring met beeldend bezig zijn is niet noodzakelijk, mag natuurlijk wel. Voorkennis over ACT ook niet noodzakelijk, mag wel.

Datums: dinsdagen 15, 29 oktober en 12 en 26 november

Docent: Nicole des Bouvrie

Meer informatie op de website.



# Verdieping PSW-4 of HBK-4 ???

---

**Ooit PSW-3 gedaan?** En toen niet om allerlei redenen niet PSW-4 gevolgd? PSW-4 is echt een verdiepend programma waarin je enorm groeit!! De mens met al zijn verlangens, behoeften en angsten komt voorbij, in jezelf en vanzelfsprekend ook buiten jezelf. Beeldende werkvormen en lichaamswerk in combinatie met ACT en schematherapie is onze visie. Dit is in wetenschappelijke taal in essentie een geestelijk, betekenisvol mensbeeld.

Omdat we in de tussenliggende jaren wel doorontwikkeld zijn, bieden we je een extra dag aan om je effectief aan te kunnen doen sluiten tot dit studiejaar.



**Ben je gestopt na HBK-3** om wat voor reden dan ook en heb je toch nog een stil verlangen om jezelf HBK-4 te gunnen? Kom maar op dan!! Je kunstzinnig in je eigen stijl en je eigen expressie verdiepen! Authentiek! Wat een kans!!! En je hoeft niet eens per se voor het diploma op te gaan.

Zie voor meer informatie [de website](#). Wil je een gesprek voor informatie of uit te vinden of dit voor jou geschikt is, dan kan dit altijd. Laat maar weten.

## Oproep Nieuwsbrief

---

Graag ontvangen we al jullie ervaringen, reflecties, foto's en ideeën voor de volgende nieuwsbrief, uiterlijk **17 november 2024**. Boekverslagen, museumbezoeken, reflecties, gedichten, ervaringen, kunstwerken, terugblikken, presentaties, alles is welkom!

Graag tekst in een word-bestand of in de mail zelf aanleveren, en alle foto's als **los bestand** bijgevoegd in jpeg of png formaat.

Alvast bedankt, en ik zie uit naar jullie bijdragen!

Nicole des Bouvrie [nicole.vrijeademiehetpad@gmail.com](mailto:nicole.vrijeademiehetpad@gmail.com)

