

# Rondzendbrief 2010-3

Wil je een paar keer per jaar de rondzendbrief met een boekbespreking ontvangen?



## Focussen

Een paar jaar geleden ben ik mij gaan verdiepen in focussen. Tijdens mijn werk met cliënten maak ik veel gebruik van deze mooie manier om met aandacht bij je lijfelijk gevoel te komen. Bij Emotionally Focused Therapy wordt, zoals de naam ook aangeeft, gewerkt met focussen op emoties. Bij deze werkwijze ga je ervan uit dat relaties ontstaan vanuit emoties, dat spanningen ontstaan door emoties en dat je dus ook via emoties de relatie weer kunt doen opbloeien. Met behulp van emoties kan de binding tussen de partners weer hecht worden.

Hét boek op het gebied van focussen: *Focussen* van Eugene Gendlin, is een helder handboek, maar meer geschikt voor studiedoeleinden. Tijdens een cursus over focussen kwam ik een aantrekkelijk en toegankelijk boekje op dit gebied tegen: *De kunst van het luisteren*. Het prettige van dit boekje is dat het is toegespitst op kinderen én dat het veel creatieve voorbeelden geeft. Dit boek leest daardoor erg gemakkelijk.



Ik vind de integere wijze waarop men in dit boek met kinderen omgaat heel waardevol. Dit boek inspireerde mij persoonlijk om met andere ogen naar mijn kleinkinderen te kijken.

Voor mensen die met kinderen werken of die zelf (groot)ouder zijn, kan ik dit boek van harte aanbevelen.

Klik [hier](#) voor mijn samenvatting van het boek:

**De kunst van het luisteren**  
*Communiceren met kinderen op school en thuis*  
Erik Verliefe en Marta Stapert

## Relatieweekend Samenspel

. *Trap je op elkaars tenen en niet alleen bij het dansen?*

. *Of dansen jullie helemaal niet meer?*

Ik heb een leuke mededeling: voor het relatieweekend dat al was aangekondigd, heb ik een betere plaats en een betere tijd gevonden.

De locatie is nu nog dicht bij zee: het luxe Strandhotel in Oostkapelle, Zeeland. Dit Samenspel wordt op eind mei gehouden en dat betekent haast zeker: mooi weer! Voor een locatie op loopafstand van het strand is dat wel zo prettig.

Alle gegevens voor het Relatieweekend Samenspel zijn inmiddels bekend en je kunt je nu aanmelden; de eerste mensen hebben dat al gedaan. Verstandig, want bij vroeg aanmelden kun je gebruik maken van een korting. Alle informatie vind je op de site ([zie hier](#)).

[www.lemniscaatcounseling.nl](http://www.lemniscaatcounseling.nl)