



Mindfulness Community

Online Studiegroep voor Mindfulnessstrainers

De innerlijke houding van de mindfulnessstrainer

Webinar

In de MBP's wordt veel aandacht besteed aan de waarde van het belichamen van mindfulness en compassie door de trainer. Wat betekent dit en hoe kunnen we dit als trainer ontwikkelen en uitdrukken in de begeleiding van oefeningen, in het contact met deelnemers en in het faciliteren van de inquiry of mindful dialoog? In de webinar wordt dit thema nader verkend en behandeld in theorie en in praktijk, via gezamenlijke beoefening, uitleg en interpersoonlijke mindfulnessbeoefening.



Begeleiding

Frits Koster beoefent 40 jaar vipassana-meditatie en leefde 6 jaar als monnik in kloosters in Z.O. Azië. Hij schreef diverse boeken (Boom en Asoka) en heeft jarenlange ervaring als retraitebegeleider. Hij voltooide de opleiding tot mindfulnessstrainer bij het Instituut voor Mindfulness in 2008 en is als docent verbonden aan diverse opleidingsinstituten tot mindfulnessstrainer in Europa.

Met Erik van den Brink heeft Frits de training Mindfulness-Based Compassionate Living (MBCL) ontwikkeld, als een vervolgtraining op de MBSR/MBCT. Zie www.fritskoster.nl en www.compassietraining.nl

Datum en tijd

Dinsdag 6 april 2021 van 19.30-21.00 uur.

Deelname

De Zoomlink ontvang je na aanmelding in je mailbox, op de dag van de webinar. Deelname vereist een goede internetverbinding en een geschikt verbindingssapparaat.

Kosten

De kosten voor de webinar zijn € 15.

Aanmelden

Aanmelden kan via het contactformulier '[Aanmelden Online Studiegroep](#)' op de website.