



Mannen op Maandag

o.l.v. Nic Oosterveer

Start:
19 september
2011



Wat betekent het eigenlijk om man te zijn? Wat betekende het in je jeugd om jongen te zijn en om als jongen door het leven te gaan?

Je man zijn is een heel wezenlijk gegeven, waar de meesten van ons niet zo gewend zijn om bij stil te staan. Stil staan bijvoorbeeld bij wat vriendschap en kameraadschap met mannen je kan brengen is niet zo gebruikelijk en zeker niet voor iedere man een dagelijkse ervaring.

Met deze en soortgelijke vragen bezig zijn in een groep die louter uit mannen bestaat, is heel bijzonder en volstrekt anders dan in een groep die uit mannen én vrouwen bestaat.

Man of jongen zijn is een heel primair gegeven. Helemaal samenvallen met het onmiskenbare, essentiële en existentiële gegeven van man-zijn, vrij van beelden en ideeën, betekent samenvallen met een bijzonder wezenlijk aspect van jezelf. Dit en leren op je gemak te zijn als man met andere mannen en daardoor helemaal als man met vrouwen kun je zien als het primaire doel van deze training.



Over mannen en jongens zijn net als over vrouwen en meisjes heel wat vooroordelen en beelden. Die ideeën leven bij vrouwen, maar natuurlijk ook bij mannen zelf. Men verwacht van een man iets anders dan van een vrouw. Waar is dat gezond en waar is dat gebaseerd op irreële overtuigingen, ideeën of mode? Niemand is vrij van die verwachtingen en iedereen is daarmee bezet. Dat maakt onvrij en brengt krampachtigheid en ongemak met zich mee.

In deze training zullen we daar onderzoek naar doen en ons op die manier bevrijden van de vooroordelen en beelden die onze vrijheid in de weg staan. Het gaat daarbij om de al dan niet impliciete verwachtingen rond man of jongen zijn van vandaag en van vroeger, bepaald door de omgeving waarin we zijn opgegroeid.

Vooraf in een groep van "medemannen" kan door onderlinge uitwisseling dit inzicht groeien. Op die manier zal de groep sterker nog dan in een gemengde groep als een supportgroep worden ervaren.

Met een opzet van tien min of meer achtereenvolgende avonden kan er een proces in gang worden gezet en kunnen we een lijn vast te houden. De avonden zullen bestaan uit interactie-oefeningen, lichaamswerk, onderzoek, nabespreking en uitwisseling in de groep. Thema's die als vanzelf voorbij zullen komen zijn: macht, rivaliteit, autonomie, authenticiteit, moed, seksualiteit, kracht, autoriteit, agressie, kwetsbaarheid, intimiteit en vrijheid. Door gebruik te maken van feedback zal het zicht op jezelf groeien en zul je bijvoorbeeld gaan ontdekken hoe het mannelijke en het vrouwelijke tot uitdrukking komen in jouw presentatie naar de buitenwereld en hoe die balans bij jou er uit lijkt te zien.



CENTRUM
Zijnsoriëntatie
jezelf en de wereld tot bloei brengen



De avonden staan onder begeleiding van **Nic Oosterveer**. Naast Life Planner werkt Nic als coach en trainer in een zelfstandige praktijk. Dit na twintig jaar als zelfstandig ondernemer in de (mannelijke) financiële dienstverlening te hebben gewerkt. Tevens volgt Nic de coachopleiding op het centrum, waarin hij de Zijnsgeoriënteerde visie in zichzelf verder ontwikkelt.

Praktische Zaken

Data en tijd

De tien avonden zijn op elke maandag vanaf 19 september. Op 19, 26 september; 3, 10, 17, 24, 31 oktober; 7, 14, 21 november van 19.30 tot 21.30.

Locatie

Centrum Zijnsoriëntatie
Utrechtseweg 133
3702 AC Zeist

Kosten

De kosten bedragen € 320,- (vrijgesteld van BTW)