



*Free
Your
Mind*

PSYCH-K®

“Toen ik jong was, was ik slim en wilde ik de wereld veranderen. Nu ben ik wijs en verander ik mezelf.”

— Rumi

- Diepgaande verandering
- Blijvende resultaten
- Gemakkelijk zelf toe te passen

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Het verruimde bewustzijn	6
Waar zet je het PSYCH-K® veranderproces voor in?	12
Stress	13
Hoe werkt PSYCH-K®?	15
Wat maakt PSYCH-K® uniek?	22
PSYCH-K® Basis Workshop	25
Testimonials	27
Deelnemen	32
Kwalificaties	33
Onze verhalen	34
Over de Werff	36

Inleiding

PSYCH-K® is een krachtig en gemakkelijk proces dat persoonlijke groei en innerlijke transformatie mogelijk maakt. Het biedt een weg om écht meester te worden over je eigen leven — van wat je denkt en voelt tot hoe je leven zich aan de buitenwereld toont.

Veel mensen hebben al verschillende cursussen gevolgd, zelfhulpboeken gelezen en diepgaand aan zichzelf gewerkt, maar toch blijft hun leven vaak ver verwijderd van hun ideale plaatje. Waarom blijven die interne conflicten hun leven beïnvloeden? Hoe kunnen we eindelijk loskomen van oude patronen die ons tegenhouden?

De sleutel ligt in belemmerende overtuigingen: interne conflicten die voortkomen uit diepgewortelde overtuigingen in het onderbewuste. Eigenlijk zijn deze belemmeringen niets meer dan ‘programmeerfouten’ van het onderbewuste — en net zoals een zin in een ‘Word’-document, kunnen ze eenvoudig worden herschreven.

Wat doet een belemmerende overtuiging?



Stel je voor: je bent uitgenodigd voor een dansfeest. Maar dansen is niet echt jouw ding en meteen schieten er gedachten door je hoofd zoals: “Dansen is niets voor mij,” “Iedereen kijkt naar me,” en “Straks sta ik voor schut.” Met zulke gedachten is de kans groot dat je tijdens het feest vooral een muurbloempje bent, toekijkend hoe anderen zich uitleven terwijl je jezelf op de achtergrond houdt.

Stel je nu voor dat je die belemmerende overtuigingen omzet in ondersteunende overtuigingen zoals: “Ik geniet van dansen,” “Het is veilig om mezelf te laten zien,” “Ik ben spontaan en vrij,” en “Mensen waarderen mijn spontaniteit.” Wat een verschil zou dat maken! Je avond zou een stuk levendiger, leuker en vrijer zijn.

Dus, wie bepaalt hoe jouw avond verloopt? Laat jij je leven nog regeren door een oude programmering, of kies je voor overtuigingen die je echt plezier en vrijheid geven?

Het doel van PSYCH-K® is simpel en krachtig: innerlijke vrede vinden, vrede met anderen ervaren en zo bijdragen aan meer vrede in de wereld.

Dit doe je door belemmerende overtuigingen (interne conflicten die je leven sturen) om te zetten in ondersteunende overtuigingen die je kracht en vrijheid geven.

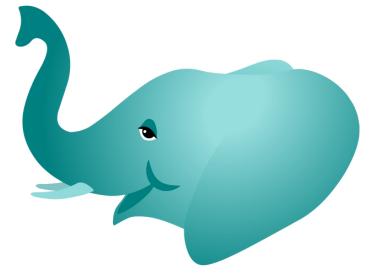
Met PSYCH-K® kun je niet alleen beperkende overtuigingen aanpakken, maar ook stress en oude trauma's tot op celniveau transformeren. Een kort PSYCH-K® proces van slechts vijf minuten kan diepe veranderingen brengen, zoals het loslaten van fobieën. De spanning verdwijnt op zowel mentaal als emotioneel niveau.

PSYCH-K® geeft je een krachtig gereedschap waarmee je je onderbewuste op één lijn brengt met de wijsheid van je bewuste geest. Wanneer deze samenwerking ontstaat, wordt je onderbewuste een krachtige bondgenoot die je helpt om je doelen te realiseren en je leven werkelijk te veranderen.

Het verruimde bewustzijn

In PSYCH-K® wordt de geest opgedeeld in drie delen: het onderbewustzijn, het bewustzijn en het hogere bewustzijn.

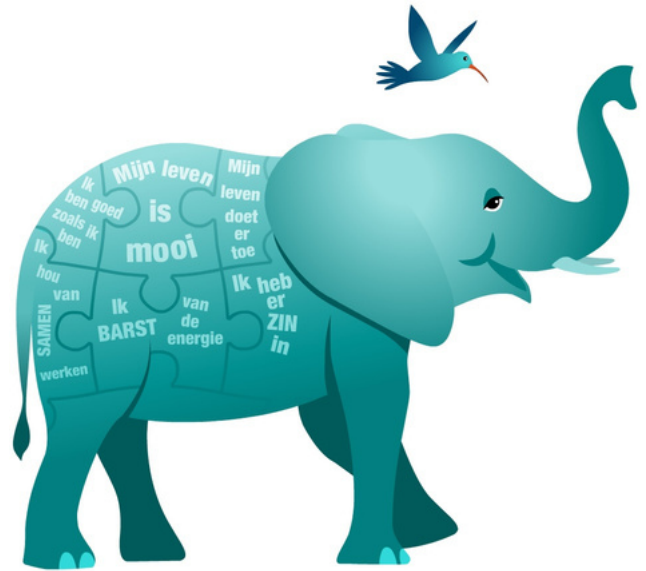
Stel je het onderbewustzijn voor als een olifant: krachtig en log, sterk gericht op gewoontes en patronen. Dit is het deel van je geest dat alles wat je ooit geleerd hebt bewaart en automatiseert, van je hartslag en motoriek tot aangeleerde vaardigheden zoals lopen en autorijden.



Het bewustzijn daarentegen is als een kolibrie: klein, wendbaar, snel bewegend in alle richtingen. Het bewustzijn stelt doelen, beoordeelt resultaten en maakt keuzes, maar heeft een beperkte capaciteit en kan de krachtige olifant (het onderbewuste) niet zomaar tegenhouden of bijsturen.

Het hogere bewustzijn biedt een overstijgend perspectief, alsof je boven alles uitkijkt. Dit kan je zien als God, Allah, je hogere zelf, de bron, intuïtie, Gaia, of wat voor jou een passende metafoor is.

Om je doelen te bereiken, is het cruciaal dat het kolibriebewustzijn en de olifant van het onderbewustzijn samenwerken. Uit neurowetenschappelijk onderzoek blijkt namelijk dat het onderbewustzijn 95% van de tijd de controle heeft. Dit betekent dat we slechts 5% van de tijd handelen vanuit ons bewuste denken.



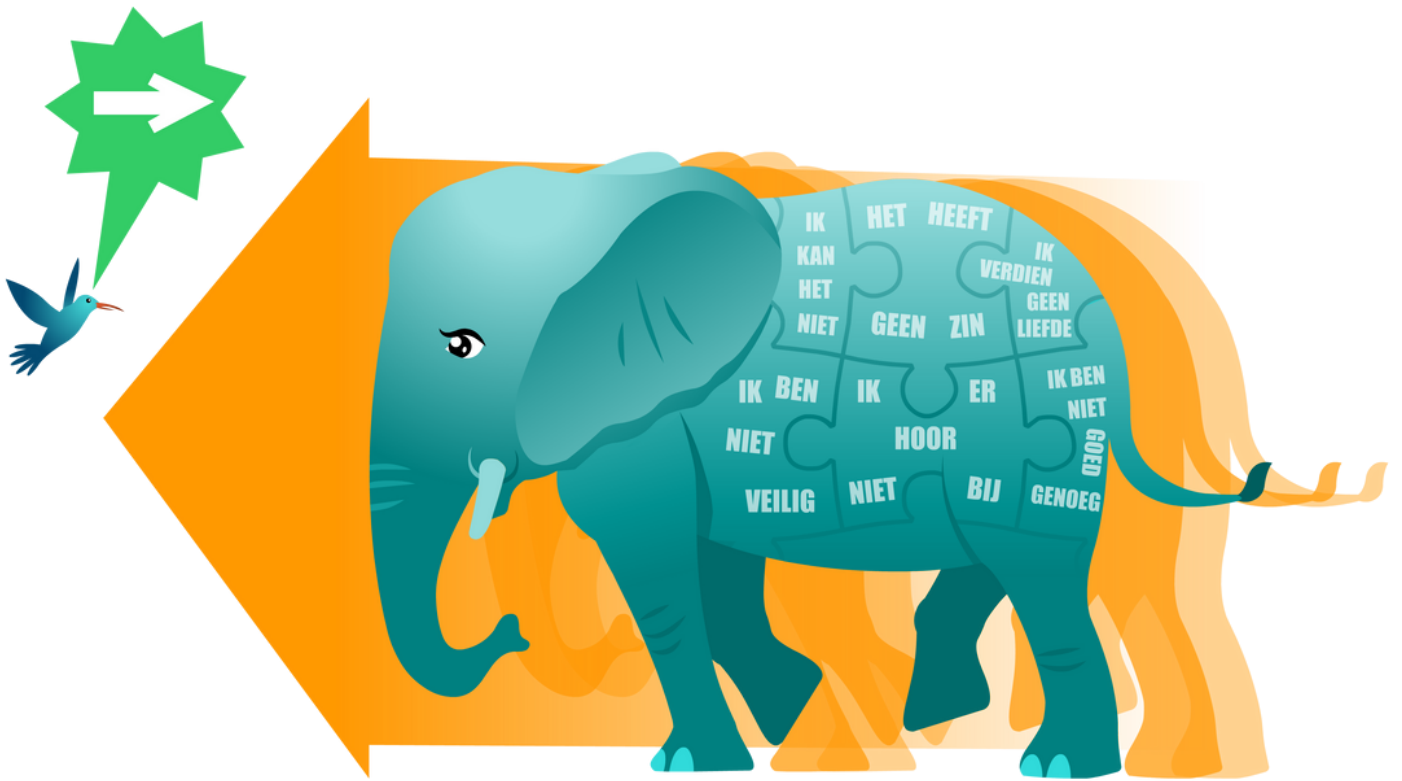
Om écht verandering in je leven te brengen, is het essentieel dat de kolibrie en de olifant op 1 lijn zitten. Want als je olifant een andere kant op wil dan jij, kom je nergens.

Wat gebeurt er als je bewuste en onderbewuste geest botsen?

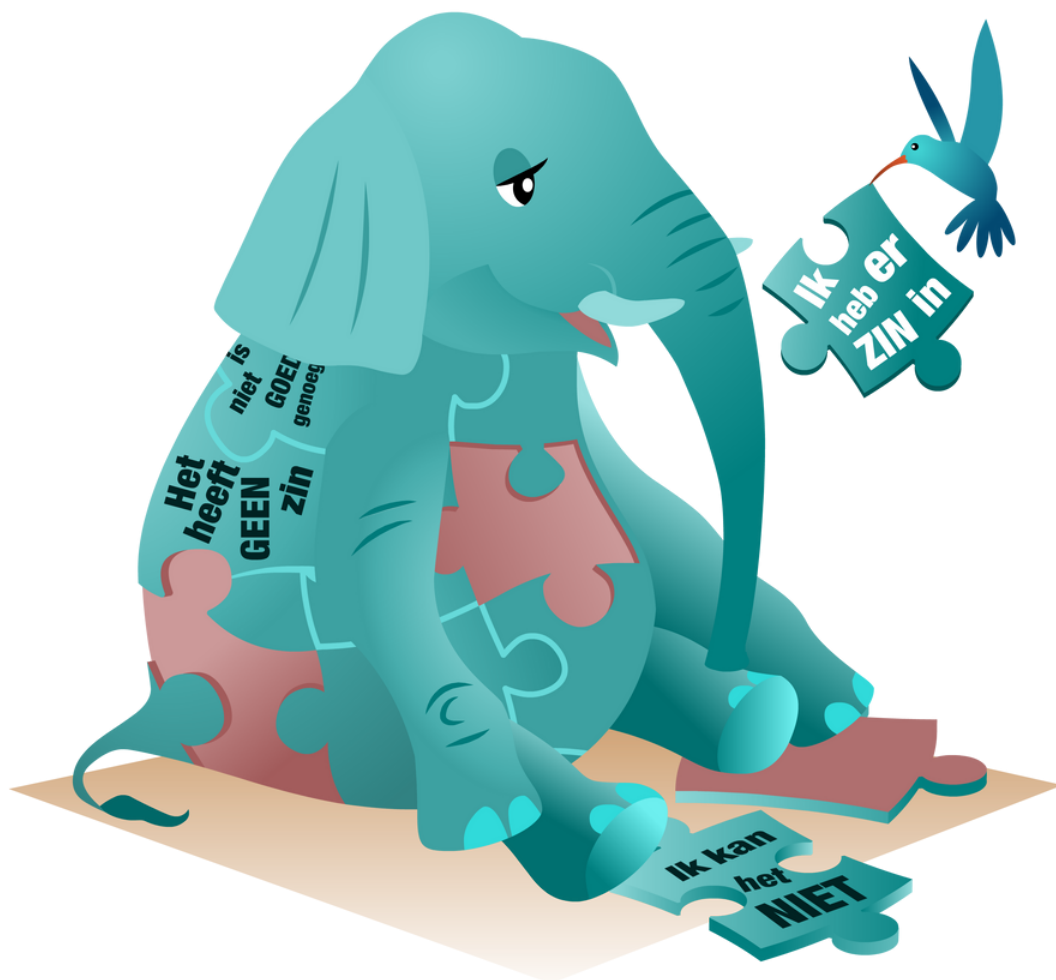


Stel je voor: je wilt vanuit je bewuste geest vol zelfvertrouwen op het podium staan. Maar als je onderbewuste dat als gevaarlijk ziet, zal het er alles aan doen om je tegen te houden. Zodra je probeert op te treden, begin je te zweten, te trillen, en je kan je niet meer concentreren. Je kolibrietje (bewuste geest) wil misschien graag, maar je olifant (onderbewuste) staat op de rem.

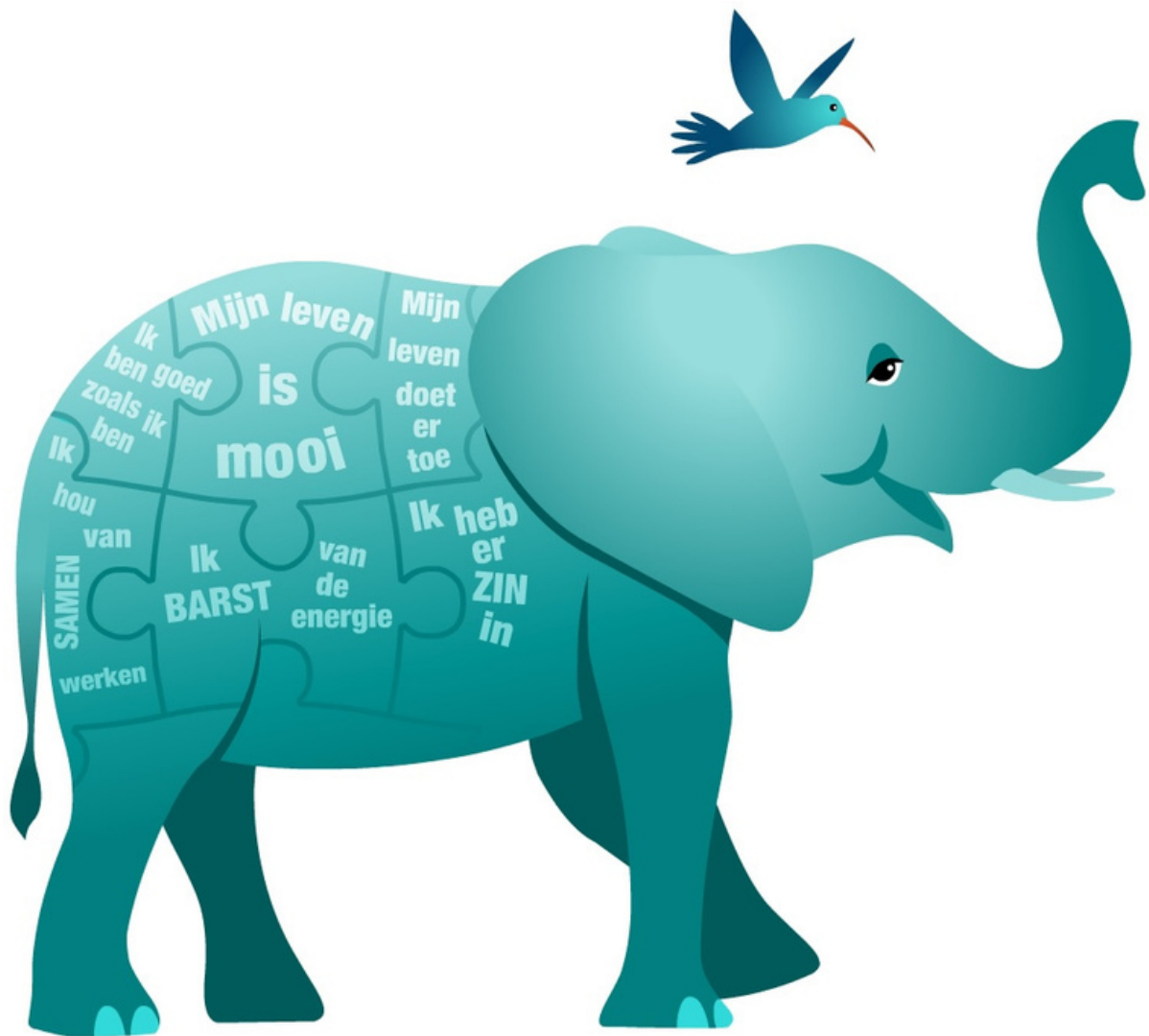
Het voelt alsof je in een auto zit met je voet op zowel het gaspedaal als de rem. Je maakt veel lawaai, maar komt nergens – en ondertussen raakt je "motor" (je lichaam) overbelast.



Bij veel mensen is het kolibrietje aan het werk om de puinhopen op te ruimen. Dit is hard werken, lukt zelden en gaat ten koste van je energie, geluksgevoel en het bereiken van je echte doelen.



Met de PSYCH-K® processen verander jij jouw belemmerende overtuigingen en worden ondersteunende overtuigingen verankerd in je onderbewustzijn.



Met de juiste overtuigingen zal jouw krachtige onderbewuste processor jou automatisch helpen je doelen te bereiken.

Waar zet je het PSYCH-K® veranderproces voor in?

Je kunt het PSYCH-K® veranderproces inzetten voor allerlei aspecten van je leven waar je verandering wilt zien. Welke gebieden van je leven wil je graag verbeteren? Het kan bijvoorbeeld gaan om je werk, relaties, zelfvertrouwen, gezondheid, of financiële overvloed. PSYCH-K® helpt je om belemmerende overtuigingen te transformeren in ondersteunende overtuigingen, zodat je innerlijke balans en kracht ervaart om te bereiken wat je echt wilt.

Voorbeeld: Relaties

Stel dat je graag een fijne relatie wilt, maar je merkt dat je telkens twijfels hebt over je eigen aantrekkelijkheid of waarde in een relatie. Dit kan voortkomen uit belemmerende overtuigingen zoals “Ik ben niet goed genoeg voor een relatie” of “Ik ben te oud, alle leuke mensen zijn al bezet”.

Met PSYCH-K® kun je deze overtuigingen omzetten in positieve overtuigingen zoals “Ik ben liefde waardig” en “De juiste persoon komt op mijn pad.” Dit zorgt ervoor dat je je meer zelfverzekerd en open voelt, wat de kans vergroot om een relatie aan te trekken die goed bij je past.

Stress

In de oertijd was stress een essentiële reactie van het lichaam op direct gevaar. Zag je een roofdier, dan bereidde je lichaam zich direct voor om te vechten, vluchten of bevriezen.

Vandaag de dag ervaren we diezelfde stressreactie in alledaagse situaties: in de file staan, te laat dreigen te komen, een veeleisende baas, of kinderen die blijven zeuren. Ons lichaam spant zich aan alsof er gevaar dreigt, maar deze spanning wordt vaak niet ontladen. In plaats van actie te ondernemen, onderdrukken we onze gevoelens, glimlachen beleefd of ontwijken situaties. Het gevolg? De stress hoopt zich op in ons lichaam.

Opgebouwde stress kan ernstige gevolgen hebben: chronische vermoeidheid, burn-out, hoofdpijn, slaapproblemen, enz. Bij vrijwel elke aandoening speelt stress een rol.

Met PSYCH-K® kun je deze opgekropte stress eenvoudig loslaten. Vastgezette energie komt vrij, je lichaam en geest komen in balans, en je voelt een directe ontspanning.

Stress: Hoe voel je je?



Hoe weet je of je stress hebt? Doe een eenvoudige check: herken je jezelf in de volgende rijtjes?

Stress

Geërgerd, ongeduldig,
boos, ongeconcentreerd,
onrustig, zenuwachtig,
geïrriteerd, gespannen,
angstig, verdrietig,
rusteloos, chaotisch

In Balans

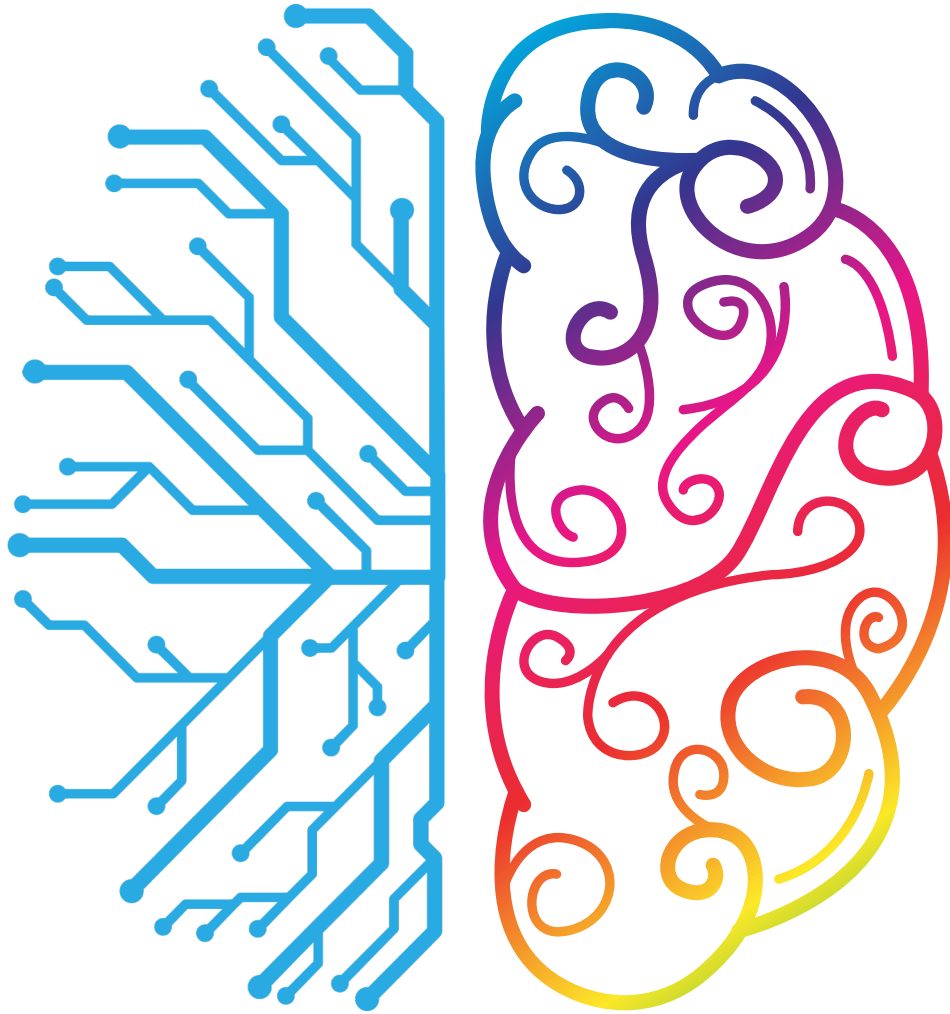
Vredig, vreugdevol,
harmonieus, rustig,
gecentreerd, blij, speels,
geduldig, vriendelijk,
geconcentreerd, creatief,
respectvol, aandachtig

Hoe werkt PSYCH-K®?

Twee hersenhelften: één harmonie

Een manier om PSYCH-K® te begrijpen, is door te kijken naar hoe onze hersenhelften samenwerken. Onderzoek naar "split brain" heeft aangetoond dat de linker- en rechterhersenhelft elk hun eigen specialiteiten hebben. Ze vullen elkaar aan en werken samen, maar in stressvolle situaties raakt dit evenwicht vaak verstoord. Wanneer één hersenhelft het overneemt, worden de kwaliteiten van de andere onderdrukt. Dit kan gebeuren door ervaringen die ons trainen om vanuit een specifieke hersenhelft te reageren in bepaalde situaties.

Door PSYCH-K® herstel je de balans tussen je linker- en rechterhersenhelft, zodat je volledig kunt functioneren met zowel de analytische kracht van de linker- als de intuïtieve wijsheid van de rechterkant.



Linker hersenhelft

- Gebruik van logica/ rede
- Denkt in woorden
- Werkt met delen/ details
- Analyseert
- Denkt sequentieel (na elkaar)
- Tijdgebonden
- Identificeert zich met het 'ik'
- Is geordend/ gecontroleerd

Rechter hersenhelft

- Gebruik van intuïtie/ emoties
- Denkt in plaatjes
- Werkt met gehelen/ relaties
- Brengt samen
- Denkt holistisch (in gehelen)
- Vrij van tijd
- Identificeert zich met het 'wij'
- Is spontaan/ vrij

De linker hersenhelft is dominant in onze maatschappij. Waarom?



Onze maatschappij is gevormd door een eeuwenlange focus op overleven in tijden van schaarste en onzekerheid, waarin plannen en vooruitkijken essentieel waren. Dit zijn bij uitstek eigenschappen van de linkerhersenhelft, die goed is in analyseren, voorbereiden en structureren. Het gebruik van de linkerhersenhelft werd dus letterlijk van levensbelang.

Deze "overlevingsstand" ging echter ten koste van de kwaliteiten van de rechterhersenhelft, zoals ontspanning in het moment, spontaniteit en een holistische blik. Bovendien versterkten belangrijke instituten zoals de kerk deze linkerhersenhelft georiënteerde manier van denken, met nadruk op plicht, onderdanigheid en gehoorzaamheid. Zo werden niet alleen trauma's, maar ook culturele waarden in ons verankerd, die de linkerhersenhelft dominant hebben gemaakt.



De kracht van onze onderbewuste programmering

Onze onderbewuste programmering stuurt ons vaak in een richting die ons bewuste zelf eigenlijk niet wil. Heb je bijvoorbeeld weleens gedacht: “Ik had me voorgenomen dit anders te doen,” maar toch ging je overstag? Denk aan het eten van chocola, het uitstellen van werk, of hard werken zonder ervan te genieten.

PSYCH-K® helpt je om deze onderbewuste patronen te herschrijven, zodat je bewuste en onderbewuste geest samen in balans komen.

Hoe programmering ontstaat

In de eerste zeven levensjaren nemen kinderen alles uit hun omgeving onderbewust op. Wat we van onze ouders, vrienden, cultuur en zelfs de media meekrijgen, wordt in ons onderbewuste geprogrammeerd zonder dat we daar controle over hebben. Sterke emoties, zowel positieve als negatieve, versterken die indrukken. Zo worden overtuigingen als automatische programma's in ons onderbewustzijn opgeslagen.

De kracht van het filter

Deze diepgewortelde overtuigingen werken als filters, waardoor we de wereld alleen zien door de lens van onze eigen programmering. Heb je bijvoorbeeld de overtuiging dat de wereld onveilig is? Dan zal je overal gevaar zien. Om de wereld anders te ervaren, is het essentieel om bewust te worden van je onderbewuste patronen en deze te herprogrammeren.

PSYCH-K® biedt het gereedschap om die filters opnieuw af te stemmen, zodat je vrijer en krachtiger kunt leven.

Onderbewuste filters in actie

Onschuldig voorbeeld

Toen Paula zwanger was, leek het alsof er ineens overal zwangere vrouwen rondliepen. Haar onderbewuste filter was aangepast door haar zwangerschap; daardoor viel elke andere zwangere vrouw haar op.

Schadelijk voorbeeld

Je bent op dieet en je hebt jezelf voorgenomen om geen suiker meer te eten. Hoewel je vol goede moed bent, lijkt de verleiding plotseling overal. Collega's trakteren twee keer op taart, je ziet onderweg mensen smullen van snoep, en bij het tankstation lonken de snacks naar je: "Na zo'n dag hard werken heb je wel iets lekkers verdiend!"

Spiertesten

Om je onderbewuste programmering en overtuigingen aan te pakken gebruiken we bij PSYCH-K® de techniek spiertesten:

In PSYCH-K® wordt een spiertest gebruikt om te communiceren met het onderbewuste, een soort "binnenkompoort" om te ontdekken welke overtuigingen of patronen in je onderbewuste leven.

Omdat ons onderbewuste in automatische patronen functioneert, zijn bewuste overtuigingen en onderbewuste overtuigingen niet altijd in lijn met elkaar. Dit zorgt voor de innerlijke conflicten. De spiertest helpt door de reactie van je spieren te gebruiken als toegang tot die diepere lagen.



De spiertest helpt je te ontdekken welke overtuigingen, trauma's of stressreacties in je onderbewuste leven en je gedrag beïnvloeden, vaak zonder dat je je hiervan bewust bent. Dit kan betrekking hebben op overtuigingen over eigenwaarde, stressreacties, angstpatronen en zelfs fysieke gezondheid. In PSYCH-K® biedt de spiertest een directe manier om deze innerlijke blokkades te identificeren. Met een eenvoudig Balansproces kan je deze vervolgens direct transformeren in ondersteunende overtuigingen en zo innerlijke blokkades loslaten.

Wat maakt PSYCH-K® uniek?

In plaats van alleen symptomen te bestrijden, pakt PSYCH-K® problemen bij de wortel aan. Waar we vroeger vaak manieren leerden om stress te managen, zoals hardlopen om even tot rust te komen, bevrijdt PSYCH-K® je lichaam van de stress zelf. Nu kun je alsnog gaan hardlopen, maar omdat je er zin in hebt – niet omdat je het nodig hebt om te kalmeren.

1. Diepgaande transformatie op onderbewust niveau

PSYCH-K® werkt niet alleen met de bewuste geest; het brengt krachtige veranderingen teweeg op onderbewust niveau, zodat oude belemmerende patronen verdwijnen en plaatsmaken voor ondersteunende overtuigingen.

2. Geen voorschriften, alleen vrijheid

PSYCH-K® vertelt je niet wat je moet geloven. Het geeft je juist de tools om te geloven en te leven in overeenstemming met jouw eigen keuzes. Het is jouw leven, jouw kracht – PSYCH-K® helpt je die te realiseren.

3. Veiligheidsprotocol en hoger bewustzijn

Een bijzondere eigenschap van PSYCH-K® is de samenwerking met het hogere bewustzijn. Elke verandering wordt afgestemd met een intern "veiligheidsprotocol" om te controleren of de voorgestelde verandering echt in je hoogste belang is. Dit zorgt voor duurzame groei die aansluit bij jouw innerlijke waarheid.



Het veiligheidsprotocol zorgt er voor dat we niet onze copingmechanismen (de ballonnen) transformeren, maar eerst de uitdagingen (gewichten) die daaronder liggen.

Voorbeeld: Een cliënte die zich wilde focussen op haar ideale relatie, ontdekte via haar hogere bewustzijn dat het eerst nodig was om een ideale relatie met zichzelf op te bouwen.

4. Focus op de oplossing

In PSYCH-K® ligt de nadruk op wat je wél wilt bereiken. We staan even stil bij wat je niet meer wilt, maar schakelen dan snel door naar de wondervraag, “Wat wil je wél?” Dit gewenste resultaat wordt geformuleerd als een ondersteunende Doelovertuiging en via het Balansproces geprogrammeerd in je onderbewuste. Op die manier gaat jouw krachtige “olifant” (je onderbewustzijn) actief bijdragen aan het realiseren van je dromen. Alles wat je aandacht geeft, groeit. In PSYCH-K® geven we dus bewust aandacht aan wat je wel wilt bereiken, niet aan wat je wilt vermijden.

5. De wijsheid zit al in jou

PSYCH-K® werkt samen met jouw intuïtie en zelfherstellende vermogen. Jij leidt het proces; wij, als Facilitatoren begeleiden en helpen jouw kracht naar boven halen. Voor ons als Facilitatoren was dit een bevrijdend inzicht: de Facilitator is er niet om de verantwoordelijkheid van cliënten te dragen, maar om hen te helpen zichzelf te ontdekken en te bekrachtigen. En dat werkt! Onze cliënten hebben nu prachtige resultaten: oude problemen worden opgelost, energie stroomt, en het mooiste? Ze kunnen het zélf.

PSYCH-K® Basis Workshop

In drie intensieve dagen duik je in de essentie van PSYCH-K®. Je leert de basis en principes, zoals de protocollen, spiertesten, en de verschillende bewustzijnsniveaus. Bovendien krijg je twee krachtige transformatieprocessen – Balansen – waarmee je belemmerende overtuigingen effectief kunt omzetten en jezelf kan bevrijden van stress tot op celniveau. Na de workshop kun je deze Balansen zelfstandig toepassen met jezelf en anderen.

30-dagen Challenge

Na de workshop start de 30-dagen Challenge: een praktische uitdaging om PSYCH-K® helemaal te integreren in jouw dagelijkse leven. Je doet dagelijks één (of meer) PSYCH-K® Balansen en je deelt jouw Doelovertuiging met de andere deelnemers van jouw workshop. Zo bouw je niet alleen routine op, maar inspireer je elkaar om de processen echt te beheersen.

Tijdens de Challenge ontmoeten we elkaar vijf keer tijdens een wekelijkse online sessie waarin je vragen kunt stellen, we delen van de workshop nog eens behandelen, en toegang krijgt tot extra materialen, waaronder drie verdiepende protocollen en een Zelfrealisatieprogramma. Zo blijft PSYCH-K® altijd binnen handbereik!

De docenten

De PSYCH-K® Basis Workshop wordt geleid door Paula van der Werff of Martijn Lemmens, beiden behorend tot een selecte groep van 30 gecertificeerde PSYCH-K® instructeurs wereldwijd.



Paula van der Werff

Paula is psycholoog en kwam in 2013 in aanraking met PSYCH-K® tijdens haar zoektocht naar betere methoden om haar cliënten te helpen. Zij is gecertificeerd door Rob Williams, de originator van PSYCH-K®.

Martijn Lemmens

Na een succesvolle carrière als senior manager en directeur bij EY (Ernst & Young) besloot hij zijn passie voor lesgeven en PSYCH-K® te combineren als Facilitator en PSYCH-K® Instructeur.



Samen brengen Paula en Martijn een combinatie van professionele ervaring en persoonlijke toewijding, met als doel PSYCH-K® toegankelijk te maken voor iedereen die op zoek is naar echte verandering.

Testimonials

Vanaf mei 2024 delen onze deelnemers hun ervaringen met de PSYCH-K® Basis Workshop op het onafhankelijke platform 'Onderwijsscore'.

Hier een selectie van hun enthousiaste feedback:



Leer je verlangens kennen en waarmaken

Heldere, duidelijke stappen en uitleg van de begeleiding. Prettige sfeer. Super de verdeling theorie en praktijk... veel oefeningen. Hiermee ervaar je direct de impact van PSYCH-K®. Een fantastische weg naar het wegnemen van belemmeringen en een leven waarin je je verlangens leert kennen en waarmaken. Dit beleef je ook daadwerkelijk tijdens de workshop.



De belofte wordt echt waargemaakt

Ik was benieuwd. Thema's waar ik al lang mee bezig ben. Dingen die ik wil veranderen. Echt waar ik kan ze nu in minuten transformeren van belemmerend naar positief.

Testimonials vervolg

PSYCH-K® is geweldig, het brengt de verandering die ik al jaren zoek.

Ik maak een moeilijke periode door en wilde eigenlijk niet gaan. Gelukkig ben ik toch gegaan. Het heeft een enorme rust en opluchting gebracht. Het was een fijne groep en werd heel prettig begeleid door Paula. Het voelde veilig om te delen wat je wilde delen.



Geweldige aanvulling en verrijking van mijn leven

In een ruimte van veiligheid en liefde die wordt geboden door de docenten, worden waardevolle tools aangereikt. Het is een workshop waar je moeiteloos doorheen loopt, maar waar wel heel veel in wordt bewerkstelligd. De drie dagen vlogen voorbij! Ik sluit deze dagen af met een dikke lach op mijn gezicht en gevoel van dankbaarheid. Dank jullie wel Martijn en Paula



Fantastisch

Deze workshop is het beste wat ik in de afgelopen 7 jaar heb gedaan. Dank je wel. En tot snel weer!

Dag 1: Basis Workshop

Ontdek hoe je onderbewuste overtuigingen 95% van je wereld sturen en leer direct communiceren met je onderbewuste door middel van spiertesten. Je leert ook twee Balansen (transformatieprocessen) om belemmerende overtuigingen te herprogrammeren zoals jij dat wilt. De eerste dag biedt je direct de kans om deze in praktijk te brengen en Balansen te oefenen.

Dus:

- Leer over de theorie achter PSYCH-K®
- Ontdek hoe onderbewuste overtuigingen je hele wereld beïnvloeden, voor 95% op onderbewust niveau
- Communiceren met je onderbewuste door spiertesten.
- Leer twee transformatieprocessen (Balansen) om belemmerende overtuigingen te herprogrammeren.
- Oefenen van de Balansen.

Dag 2: Verdieping

Verdiep je in het formuleren van effectieve Doelovertuigingen, transformeer de perceptie van stress met de Balans voor Nieuwe Richting, en leer met jezelf spiertesten zodat je de Balansen ook alleen kunt doen. Ook leer je actiestappen formuleren die nieuw potentieel omzetten in concrete verandering in je leven.

Dus:

- Verdiep je in zelfstandig werken met PSYCH-K®.
- Formuleer effectieve Doelovertuigingen.
- Transformeer stresspercepties met de Balans voor Nieuwe Richting.
- Leer zelfspiertesten zodat je de Balansprocessen ook alleen kunt uitvoeren.
- Formuleer actiestappen voor concrete veranderingen.
- Verken de kwaliteiten van een PSYCH-K® Facilitator.

Dag 3: Integratie en Stress

Op de laatste dag breng je alles samen om sessies met jezelf en anderen te faciliteren. We gaan dieper in op het transformeren van stress, werken met het veiligheidsprotocol voor extra verdieping, en bespreken hoe je PSYCH-K® effectief integreert in je dagelijkse leven. Je oefent uitgebreid en krijgt informatie over de 30-dagen Challenge om je vaardigheden verder te verdiepen.

Dus:

- Breng alle processen samen om sessies te faciliteren met jezelf en anderen.
- Verdiep je verder in het transformeren van stress.
- Gebruik van het veiligheidsprotocol voor extra verdieping.
- Ontdek hoe PSYCH-K® effectief in je dagelijkse leven kan worden geïntegreerd.
- Oefen uitgebreid met de geleerde processen.
- Krijg informatie over de 30-dagen Challenge om je vaardigheden verder te ontwikkelen.

Deelnemen

“Kennis is ervaring, al het andere is slechts informatie.”

— Albert Einstein

De 3-daagse PSYCH-K® Basis Workshop is voor iedereen die vooruit wil komen in het leven. Heb je het gevoel dat er meer is in het leven dan je tot nu toe hebt ontdekt?

Schrijf je in en kom ervaren wat
PSYCH-K® je kan bieden!

www.dewerff.net/inschrijven

Vind je deze stap nog te groot?

Boek een introductiesessie en kom eerst zelf ervaren wat PSYCH-K® voor jou kan betekenen. Tijdens een introductiesessie gaan we aan de slag met jouw thema en als transformatieproces gebruiken we de Balansen uit de Basis Workshop.



1:30

Een sessie duurt
90 minuten



€ 242

Prijs



€ 75

Korting

als je je inschrijft voor
de Basis Workshop

Kwalificaties

Paula van der Werff

- Behaalde haar M.A. in de sociale psychologie aan Harvard University in de Verenigde Staten en M.Sc. in de klinische psychologie aan de Universiteit Leiden in Nederland.
- Gaf verschillende jaren les als docente psychologie aan Harvard College.
- Is gecertificeerd door Rob Williams als PSYCH-K® Instructeur in 2015.
- Richtte in 2005 haar eigen bedrijf 'de Werff' op.
- Onderwijst de PSYCH-K® Basis Workshop, de Advanced Workshop en de Master Facilitation Workshop over de hele wereld.

Martijn Lemmens

- Heeft 30 jaar ervaring als manager, coach en counselor.
- Deed diverse (coach) opleidingen waaronder: Professioneel Communiceren, Story Telling, The School of Byron Katie, Familieopstellingen, en Neuro Linguïstisch Programmeren.
- Legde zich toe op het ontwikkelen van High Performing Teams in zijn rol als Global Director bij EY (Ernst & Young).
- Is Preferred PSYCH-K® Facilitator.
- Onderwijst de PSYCH-K® Basis Workshop over de hele wereld.

Paula's verhaal

Ik ontdekte PSYCH-K® op een moment van diepe twijfel over mijn werk als psycholoog. Ik had net een cliënte begeleid die, ondanks haar groeiende succes in haar bedrijf, bang was om "door de mand te vallen". Zeven sessies lang werkten we aan waardevolle inzichten, maar aan het einde gaf ze aan dat de angst onverminderd aanwezig bleef. Dit raakte me intens en deed me twijfelen aan mijn eigen vaardigheden.

Toen ik dit deelde met een vriendin, adviseerde ze me PSYCH-K® te proberen, een methode die Bruce Lipton, bekend van *De biologie van de overtuiging*, met enthousiasme beschrijft. Ik had Lipton's werk gelezen en was bekend met zijn theorie over hoe overtuigingen zelfs op DNA-niveau invloed kunnen uitoefenen. Hoewel ik aanvankelijk sceptisch stond tegenover het idee dat je met PSYCH-K® overtuigingen in slechts vijf minuten zou kunnen transformeren, besloot ik toch een workshop te volgen.

Die keuze bleek een keerpunt in mijn leven. Inmiddels ben ik zelf PSYCH-K® instructeur en gebruik ik de methode niet alleen om mijn eigen leven bewust vorm te geven, maar ook om anderen te helpen de beste versie van zichzelf te worden.

Martijn's verhaal

Gedurende mijn lange carrière, waarvan de laatste 20 jaar bij een grote consultingfirma, klom ik op tot directeur. Maar wat me altijd werkelijk dreef, was mijn fascinatie voor zelfontwikkeling en de groei van de mensen om mij heen, inclusief mijn team.

Toen mijn vrouw PSYCH-K® ontdekte, vroeg ze me om de Balansprocessen met haar te oefenen. Sceptisch koos ik een "veilig" onderwerp: een betere tennisspeler worden. Ik ben kritisch over methoden die veel beloven, maar ik vertrouw volledig op mijn eigen ervaring. En die ervaring was overtuigend! Na die eerste Balans ontdekte ik niet alleen een verbetering in mijn tennis, maar ook een onverwachte en diepe transformatie rond mijn angst voor boosheid.

PSYCH-K® werd mijn bondgenoot. Het vergemakkelijkt mijn promotieproces, verfijnde mijn managementvaardigheden en maakte delegeren eenvoudiger. En ook in mijn privéleven ging alles steeds soepeler stromen.

Nu, acht jaar later en inmiddels PSYCH-K® instructeur, werk ik samen met Paula om liefde te verspreiden en te helpen hart in organisaties te activeren. Het is onze missie om een wereld te creëren waarin mensen floreren – op het werk, thuis en daarbuiten.

Over de Werff

Dit ebook is een uitgave van de Werff, een opleidingsinstituut voor PSYCH-K® Workshops en Coaching.

Coaching

Bij De Werff vind je een landelijk netwerk van PSYCH-K® Facilitatoren die intensief samenwerken. Naast workshops bieden we:

- Persoonlijke sessies (in-persoon of online),
- Coaching trajecten,
- Deep Dives (meerdaagse coaching voor diepgaande verandering).

Contact

Benieuwd naar de mogelijkheden met PSYCH-K®? Bezoek onze website of neem direct contact op. We beantwoorden graag jouw vragen en denken met je mee over de beste stap voor jouw persoonlijke groei.



www.dewerff.net



06 - 49 18 30 23



info@dewerff.net