



Stichting Perceval omarmt mensen:

- die psychische ingewikkeldheden hebben of hebben gehad
- met bijzondere zintuigelijke en/of mentale ervaringen
- met mystieke/spirituele/bovennatuurlijke ervaringen
- die last hebben van een trauma
- in een isolement en/of mensen die zich eenzaam voelen
- en iedereen die zich bij hen betrokken voelt

Kernwaarden:

- Onafhankelijk, Eigenwijs
- Kritisch, Radicaal, Activistisch
- Voor en door gekken, Ervaringskennis (perspectief/ deskundigheid)
- Langzaam, Reflectief

**Bezoek op afspraak:
Keizergracht 252c
1016 EV Amsterdam
info@stichtingperceval.nl**



organiseert een online cursus co-counseling met behulp van ervaringsdeskundigheid:

Peer Counselen Online

Attention is the rarest and purest form of generosity

Simone Weil

- Wat is Peer Counselen?
- Wat levert Peer Counselen mij op?
- Hoe pas ik Peer Counselen toe in mijn leven?



Het doel van Peer Counselen is dat je in alle vrijheid, eerlijk naar jezelf toe kan onderzoeken wat je wilt onderzoeken.

Bijvoorbeeld:

- Waar heb ik werkelijk behoefte aan?
- Wat voel ik nu echt?
- Wat houdt me op dit moment bezig?
- Wat wil ik wel of juist niet doen?



Als mede counselor luister je

- zonder oordeel
- zonder advies te geven
- zonder terugkoppeling naar jezelf
- je luistert vol aandacht naar de counselor, die hierdoor niet bang hoeft te zijn
 - niet begrepen te worden
 - niet aardig te worden gevonden
 - niet interessant te zijn



Door die vrije aandacht

onderscheidt Peer Counselen zich van tegen jezelf in de spiegel praten, praatgroepen, therapie en andere zelfhulp technieken zoals NLP.

Klinkt simpel, echter in ons dagelijks leven bestaat onze communicatie vooral uit wederkerigheid; het hebben van een dialoog. We zijn erop gericht om door de ander begrepen te worden en te laten zien dat we begrijpen wat de ander zegt.

Bij Peer Counselen is dat allemaal juist niet belangrijk.

Wat wel belangrijk is, is dat je alle ruimte durft te nemen

om op onderzoek te gaan bij jezelf en zo jezelf beter leert begrijpen.

In de cursus Peer Counselen leer je in 16 weken technieken om vrije aandacht te geven



en te krijgen en hoe je zonder oordeel je mede counselor kan helpen bij dit zelfonderzoek.

Ook leer je hoe bevrijdend en verhelderend deze manier van zelfonderzoek kan zijn en krijg je toegang tot een gemeenschap van Peer Counselors zodat het ook na afloop van de cursus onderdeel van je leven kan blijven.



Nieuwsgierig geworden?

Neem contact op met Ingrid via

info@stichtingperceval.nl

De cursus is online en je hebt hiervoor nodig: een computer, laptop of tablet met een webcam of ingebouwde camera en microfoon en een internetverbinding. We werken met Zoom.

Het zijn 8 lessen van 2,5 uur op woensdagavond afgewisseld met 8 oefenopdrachten die je samen met een mede-cursist uitvoert. We beginnen weer op woensdag 3 december 2025 van 19.00 - 21.30.

Op basis van het aantal inschrijvingen bepalen we of de cursus kan starten. Ook de dag en tijd wordt nog nader bekend gemaakt via de nieuwsbrief en website van stichting Perceval. Voor meer informatie mail naar: peercounselen@stichtingperceval.nl.

Kosten: pay what you want/can

