

# Creatief Schrijven

Voor coaches,  
therapeuten, trainers en  
zelfonderzoekers



## Luisteren met je handen

Creatief en reflectief **schrijven** is een krachtig instrument voor het begeleiden van individuen en groepen. Tijdens deze training leer je hoe je reflectieve en creatieve **schrijfwervormen** effectief kunt inzetten bij verschillende thema's en vragen. Aan het eind heb je een **schrijftoolkit** met schrijfoefeningen die je geschikt kunt maken voor je eigen (werk).

### Wil je

- Leren hoe je verschillende reflectieve en creatieve schrijftechnieken en oefeningen kunt **toepassen**.
- Hoe je diverse (combinaties van) schrijfoefeningen **combineert tot een krachtig instrument**.
- Hoe je schrijfoefeningen kunt **vormgeven, doorgeven** en hierop **reflecteert**.
- **Zelf ervaren** wat schrijven kan betekenen voor een **ontwikkelingsproces**.
- De **helende** werking van schrijven zelf ervaren
- Een **gereedschapskist** vol schrijfoefeningen en werkvormen die je direct kunt toepassen.
- Hoe je schrijven **voor je klanten en voor jezelf** als professional kunt inzetten.
- Leren hoe je schrijfoefeningen kunt inzetten op de verschillende dimensies van het psychosynthese ei en voor verschillende doeleinden als **reflectie, creativiteit, meditatie**.
- Verwijzingen naar literatuur over schrijven.

Dan is de geaccrediteerde scholing  
**Creatief schrijven voor coaches**  
voor jou!



## Unieke methode

Creatief schrijven is gebaseerd op **creatieve therapie** en de dieptepsychologie van Assagioli (**psychosynthese**).

### Creatieve therapie

Creatieve therapie is een behandelvorm waarbij de nadruk meer ligt op het **doen en ervaren**, minder op het praten. Door het werken met creatieve werkvormen ontstaat bewustwording en inzicht en krijgt iemand meer **flexibel en vindingrijk** en zo meer **keuzemogelijkheden** tot zijn beschikking.

### Psychosynthese

Deze stroming in de psychologie is ontwikkeld door de Italiaanse psychiater Roberto Assagioli (1888-1974). Met de ontwikkeling van psychosynthese wilde hij recht doen aan **alle facetten van het mens zijn**. Het richt zich op een harmonische integratie, ofwel **synthese**, van alle niveaus van zelfbewustzijn. Psychosynthese heeft tot doel om innerlijke tegenstellingen met elkaar te verbinden en in balans te brengen. Door oefening, bewustwording, acceptatie, ontwikkeling en heling van kwaliteiten en schaduwkanten is blijvende groei mogelijk. Meer weten?

## Programma

De programma bestaat uit 2 bijeenkomsten van 10.00 – 16.00 uur en een zoombijeenkomst van 2 uur.

### Dag 1: Kennismaking en introductie

Je maakt kennis met diverse vormen van creatief en reflectief schrijven. Je gaat zelf aan de slag, zodat je daarna vanuit je ervaring deze schrijftechnieken kunt gaan oefenen met anderen.

### Zoombijeenkomst

Tijdens de zoombijeenkomst komen we terug op het huiswerk, ontvang je nieuwe schrijftechnieken die je daarna met anderen gaat oefenen en ga je zelf aan de slag met het maken van een schrijfoefening.

### Dag 2: Verdieping en reflectie

Je ontdekt deze dag welke schrijftechnieken je kunt inzetten bij welke hulpvragen. Tevens reflecteren we op wat je hebt geleerd en hoe je na deze training hiermee verder kunt.

### Buiten de dagen om

- Oefen je verschillende schrijftechnieken. Dit kost je ongeveer 3 uur per.
- Oefen je de schrijftechnieken met een (oefen- of bestaande) cliënt. Hierover schrijf je een evaluatie. Dit kost je 2 uur.
- Bespreek je met je studiemaatje je voortgang, je vragen en steunt elkaar op weg naar je gewenste doelen. Dit kost je 3 uur.
- Lees je de bijbehorende literatuur.

**Schrijven heelt:  
door te reflecteren,  
door te werken,  
te verwerken en  
nieuwe wegen te ontdekken**



## Deelnemen

### Toelating

Minimaal HBO werk- en denkniveau.

### Investering

€ 495 (exclusief btw).

Dit bedrag is inclusief hand-outs exclusief literatuurkosten en materialen voor thuisopdrachten.

### Accreditatie

SKB en GAT

Deze training is een module van de opleiding Creatieve therapie en Coaching van Moolelo.

### Data en locatie

[Kijk op de website voor de actuele informatie.](#)

### Aanmelden

[Via de website.](#)

### Meer informatie

Bel, app of mail Wendy Smit

+31 (0)6 51 69 77 05 – [wsmit@moolelo.nl](mailto:wsmit@moolelo.nl)

**Liever een individueel traject? Dat kan!**

Neem contact met mij op, dan bespreken we de mogelijkheden.

## Scholing: meer dan kennis

### **Goed gereedschap**

Je leert creatieve en reflectieve schrijftechnieken die hun werking in de praktijk hebben bewezen. Verder ben jij zelf het belangrijkste gereedschap in de relatie met de ander. Hoe beter jij in je vel zit, hoe beter je creatieve werkvormen kunt overbrengen en uitoefenen. Daarom is je persoonlijke groei net zo belangrijk als je professionele groei

### **Creativiteit als middel, niet als doel**

Creatief zijn betekent dat je op een relatief makkelijke manier op een nieuw idee komt. Dat kan van alles zijn. Creativiteit is een eigenschap die iedereen heeft en verder kan ontwikkelen. Je hoeft niet creatief te zijn. Het gaat om het proces niet om het resultaat. **Iedereen kan het!**

### **Nadruk op praktijk**

Het eigen handen en voeten geven is naast het opdoen van kennis het belangrijkste onderdeel van de training. Schrijven kun je niet leren uit boeken, dat moet je oefenen.

### **Kleine groepen**

Door bewust de groepen klein te houden, ontstaat er ruimte en aandacht voor jouw ontwikkeling en groei. De groepen bestaan uit maximaal 6 deelnemers.

### **Deskundigheid**

Door jarenlange praktijkervaring, opleidingen en training als therapeut en trainer, wordt er een veilige en warme setting gecreëerd waarin je kunt experimenteren en leren.

## Even voorstellen

Mijn naam is Wendy Smit:  
Creatief en psychosynthese therapeut  
en trainer, enthousiast creatief  
meditatiecoach e en auteur van  
diverse boeken, onder andere van het  
boek '[Creatief mediteren, voor meer  
bewustzijn, ontspanning en  
creativiteit](#)'.

Mijn missie is om via creatieve wegen  
mensen authentiek en vrijuit te laten  
leven en werken.

## Deel van een groter geheel

Inmiddels bestaat Moolelo niet meer  
alleen uit mijzelf, maar uit een netwerk  
van creatieve coaches, therapeuten  
en meditatietrainers. Samen helpen  
wij mensen hun levensmissie te  
bereiken. Minder praten, meer  
luisteren naar je handen is het motto.  
Daar liggen alle antwoorden op je te  
wachten.





