

# Driedaagse cursus Method of Levels (MOL)

Bunnik, wo.dag/do.dag 15 & 16 jan. en do.dag 13 febr.

€ 820,- inclusief lunch

## CURSUSOPZET

- Huiswerkopdrachten en praktische cursusliteratuur vóórafgaand aan de cursus.
- Twee aaneensluitende cursusdagen<sup>i</sup> met heel véél oefenen.
- Praktijkopdrachten om de MOL te leren gebruiken bij cliënten.
- Een derde cursusdag, drie weken later, gericht op het verdiepen van eigen praktijkervaringen.
- Een supervisie-sessie na de cursus om praktijkvragen te bespreken.
- Kosteloze toegang tot alle relevante praktijk- en theorieartikelen.

## PROGRAMMA

### • Cursusdag 1 op woensdag 15 jan.: Kennismaken met de MOL

**Programma:** start 10.00 uur, lunchpauze: 12.30-13.30 uur en afsluiting om 16.30 uur

- Welkom en kennismaking
- Plenair oefenen: hoe voer ik een MOL-gesprek?
- Korte MOL-therapiesessies: de draaimolen & nabespreking
- Op zoek naar de pijn; dat is wat helpt!
- Oefenronden: mollen in tweetallen met eigen thema
- Controle, conflict en reorganisatie: de theorie achter de MOL I
- Hoe reageer je in lastige gespreksituaties?
- Demonstratie MOL-gesprek met een van de deelnemers
- Vragen over de MOL & de PCT

### • Cursusdag 2 op donderdag 16 jan.: MOL -vaardigheden oefenen

**Programma:** start 10.00 uur, lunchpauze: 12.30-13.30 uur en afsluiting om 16.30 uur

- Plenair oefenen: hoe voer ik een MOL-gesprek?
- Oefenronden: mollen in tweetallen met eigen thema
- Controle, conflict en reorganisatie: de theorie achter de MOL II
- Een goed MOL-gesprek met jezelf?
- Demonstratie: MOL Emotion Expression Technique,(MEET), met een van de deelnemers
- Controle, conflict en reorganisatie: de theorie achter de MOL III
- MOL-sessie-evaluatie en eigen voortgang monitoren

## • **Cursusdag 3 op do.dag. 13 febr.: MOL-vaardigheden verdiepen**

**Programma:** start 10.00 uur, lunchpauze: 12.30-13.30 uur en afsluiting om 16.30 uur

- Hoe ging het mollen in je eigen praktijk?
- Help, ik loop vast! Hoe mol je in lastige situaties met eigen cliënten?
- Oefenen: MEET in tweetallen
- Oefenronden: mollen in tweetallen
- De PCT, de theorie achter de MOL, een revolutie in de psychologie?
- Help, ik loop vast!
- Hoe kan ik de MOL bij XYZ gebruiken?
- Hoe ontwikkel je je als MOL-therapeut?
- Afsluiting van de cursus

## • **Supervisie**

Supervisie via Skype of Facetime in de periode na afloop van de training gericht op vragen uit je eigen praktijk. Eén sessie van plm 45 min. of twee korte sessies.

## **DOCENTEN**

Ger Schurink voor het trainen van de Method of Levels en supervisie.

Eva de Hullu behandelt de PCT, de theorie achter de MOL.

Ellen Kersbergen assisteert bij het begeleiden van het oefenen.

De literatuur die bestudeerd moet worden voor de start van de cursus:

- Carey, T. (2018) Sta daar eens even bij stil! - de Method of Levels. Het boekje is alleen digitaal via [info@gerschurink.nl](mailto:info@gerschurink.nl) verkrijgbaar.
- Schurink, G. (2018) Introductie in de Method of Levels. (Cursus handout)
- Carey, T. A., Mansell, W., & Tai, S. J. (2015). Principles-based counselling and psychotherapy: A Method of Levels approach. London: Routledge.
  - 2) The principles: control, conflict, and reorganisation
  - 3) The clinical implications: a summary

Het is de moeite waard om aan te schaffen (boek of ebook):

- Principles-based counselling and psychotherapy: A Method of Levels approach.
- Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J (2016). Method of Levels gesprekstherapie. Een transdiagnostische benadering. Uitgeverij Hogrefe. (of Engelse orgineel)
- Veel praktische informatie op [methodoflevels.nl](http://methodoflevels.nl) en op [methodoflevels.com.au](http://methodoflevels.com.au)
- Video: <https://www.youtube.com/watch?v=-mPIKFIR8RM>

## **ACCREDITATIE**

De cursussen MOL waren tot 2018 geaccrediteerd, maar nu niet meer vanwege hoge kosten en rompslomp.

## **INSCHRIJVEN: [info@methodoflevels.nl](mailto:info@methodoflevels.nl)**

i Wie op 14 jan. wil overnachten heeft in en rond Bunnik genoeg mogelijkheden zoals het prachtig gelegen <https://www.stayokay.com/nl/hostel/utrecht-bunnik>. Voor de 'blijvers' is op maandagavond een gezamenlijk diner te plannen in het Wapen van Bunnik of bij een restaurant iets buiten het stadje.