

Zaterdag 03 oktober van 10.00 – 16.00 uur Workshop Herstel na narcistisch misbruik, de basis.

Samen met lotgenoten, *Inzicht, erkenning en versterking van autonomie opdoen*



Deze basisworkshop is bedoeld voor slachtoffers, of beter gezegd **survivors** van **narcistisch misbruik en/ of dwingende controle**. Die willen begrijpen wat hen is overkomen en stappen te zetten naar herstel en eigen regie.

Je ontvangt duidelijke **psycho-educatie** over narcisme, dwingende controle en over de ongelijkwaardige relatie waarin je terecht kwam of opgroeide. Er is ruimte voor erkenning en herkenning en voor het versterken van jouw autonomie.

De training geeft inzicht, woorden en **handvatten** zodat je weer **zelfregie over je eigen leven** kunt gaan (her)pakken

Praktische informatie:

- Kleine groepen, min. 4 deelnemers, max 8 deelnemers
- Afwisseling tussen uitleg, reflectie en praktische lichaamsgerichte oefeningen
- Veilig en zorgvuldig begeleid door professional

Waar en wanneer:

- **Datum:** 03 oktober 2026
- **Tijd:** 10:00 uur tot 16:00 uur.
- **Locatie:** Baarle-Nassau
- **Inclusief:** onbeperkt koffie, thee en versnaperingen.
- **Lunch:** inbegrepen
- **Jouw investering:** € 210,- inclusief 21% btw.

Disclaimer

Deze workshop is gericht op stabilisatie, bewustwording, inzicht en het versterken van eigen grenzen en regie. De workshop is niet gericht op traumaverwerking en is geen vervanging voor individuele therapie of traumabehandeling. Tijdens lichaamsgerichte oefeningen kunnen emoties of spanning worden ervaren; hier wordt binnen de grenzen van de workshop zorgvuldig mee omgegaan.