

# Thuisretraite

## Omgaan met je “lastige” naaste

*Werkelijk ruimte vinden in een situatie die je  
flink dwars kan zitten*

3 zoombijeenkomsten op dinsdagavond  
en 2 podcasts

- *Wat is dat voor iemand, en wat maakt die persoon lastig?*
- *Wat zegt de Bijbel over omgaan met... wie anders/ lastig/ naaste is? En wat kunnen we daarmee? Hoe was onze opvoeding hierover?*
- *Wat associëren we zelf met het verschil van mening/verwachting/gedrag tussen onszelf en die ander? Welke gedachten zijn “verboden”?*
- *Wat de ander beweegt*
- *Op weg naar heling...*

We maken gebruik van een symbolisch portret van een “lastige” persoon in jouw omgeving. Daarna inventariseren we gevoelens en denkbeelden, gaan een gesprek aan over bijbelse richtlijnen, inventariseren waar het volgens ons over gaat bij onze mismatch, doen een oefening om empathie te ontwikkelen voor die ander, en bedenken een stap op weg naar heling.

Het is een persoonlijke cursus, die dicht op de huid komt, en van de deelnemers wordt verwacht dat ze hun eigen ervaring tot onderwerp van gesprek willen maken. De identiteit van de “lastige” persoon hoeft niet bekend te worden. Het gaat om jou als naaste van die persoon. En het is belangrijk dat de situatie nog “leeft” in je gevoelens en gedachten.

Doe je mee?

Karen Gerritsen

### Data:

Via Zoom op dinsdagavond 6, 13 en 20 mei 2025

Tijd: 19.00 – 20.30 uur

### Begeleider:

Karen Gerritsen, participant en meedenker, is/was attitude-trainer, psychosociaal werker/pastor, en inclusietheoloog



### Aantal deelnemers:

Maximaal 8 deelnemers. Meld je tijdig aan als het lukt, dan kun je alvast aan de slag.

### Kosten:

Naar draagkracht. Richtprijs € 25  
Een privégesprek ter verdieping tijdens de retraite kost ook 25,-

### Aanmelden:

Via de website

[www.kloosterindecloud.nl](http://www.kloosterindecloud.nl)

