

ACCREDITATIE-INFORMATIE

Japanse Psychologie – Zes online colleges
Stichting Zen.nl



Algemene gegevens

Naam cursus

Japanse Psychologie

Opleidingsinstituut

Stichting Zen.nl Nederland

Docent

Arthur Shiyan Nieuwendijk

Taal

Nederlands

Data

9, 16, 23 en 30 april, 7 en 14 mei 2026

Tijd

19.30 – 21.00 uur per bijeenkomst

Totale contacturen

9 uur

Inhoud van de nascholing

De cursus biedt een introductie in de Japanse psychologie van Shōma Morita (1874–1938). Morita ontwikkelde een benadering voor het omgaan met angst, piekeren en psychosomatische klachten, geïnspireerd door zen.

De volgende thema's worden behandeld:

- Arugamama, aanvaarding van gevoelens en omstandigheden zonder deze te willen veranderen
- Toraware, het vastzitten in controle, zelfanalyse en piekeren
- Doelgericht handelen ondanks aanwezigheid van angst of weerstand
- Meebewegen met natuurlijke processen in plaats van forceren
- Toepassing in het dagelijks leven en professionele praktijk
- De levenswil als onderliggende dynamiek bij angst en verlangen

De colleges bestaan uit theoretische uitleg, praktijkvoorbeelden en reflectie.

Leerdoelen

Na afloop van de cursus kan de deelnemer:

- De kernbegrippen uit de Morita-psychologie uitleggen
 - Inzicht geven in de rol van controle en vermijding bij het in stand houden van klachten
 - Het verschil benoemen tussen symptoomgericht werken en acceptatiegericht werken
 - Reflecteren op mogelijke toepassing binnen de eigen therapeutische praktijk
-

Didactische werkvorm

- Uitleg en toelichting door de docent
- Bespreking van voorbeelden
- Interactie en vragen

Er is geen toetsing. De nadruk ligt op inzicht en praktische toepasbaarheid.

Doelgroep

Therapeuten, shiatsu- en TCG-therapeuten, coaches, psychologen, geestelijk verzorgers en andere professionals met interesse in acceptatiegerichte en holistische benaderingen.

Relevantie voor TCG-therapeuten

De Morita-benadering sluit aan bij een holistische visie op lichaam en geest. De cursus kan bijdragen aan verdieping in het begeleiden van cliënten met spanning, angst en psychosomatische klachten, waarbij acceptatie en doelgericht handelen centraal staan.

Docent

Arthur Shiyen Nieuwendijk (1964) is zenmeester bij Zen.nl en fulltime leraar in Amsterdam. Hij studeerde filosofie aan de Universiteit van Amsterdam en promoveerde in 1997. Hij geeft onderwijs in zenfilosofie en Japanse psychologie.

Een volledig curriculum vitae is aan te vragen via: jeroen@zen.nl