

BOKSTHERAPIE

HET ACADEMIEMAGAZINE

Leer het vak.
Maak het je eigen.

DE MENSEN

Marcel & Layla van dichtbij

Over het lijf, contact
en leren begeleiden.

JOUW ONTWIKKELING

Wat verandert er
als jij leert
begeleiden?

Een jaar vol ervaring.
Een fundament voor jouw vak.

Portretten / jouw ontwikkeling / podcast

Kom iets dichterbij.



Marcel Amstelveen en Layla Foks / oprichters en hoofddocenten

Misschien werk je al met mensen. Misschien geef je bokstraining. Of je voelt dat het tijd is om een vak te leren waarin je meer van jezelf kunt inzetten. Je hoeft nog niet precies te weten hoe dat eruitziet.

Dit magazine neemt je mee naar onze manier van opleiden. Je ontmoet de mensen achter de Academie, ontdekt wat therapeutisch begeleiden vraagt en ziet hoe je daar in een jaar naartoe werkt.

We nodigen je uit om al lezend te onderzoeken: wat spreekt mij aan? Waar ben ik nieuwsgierig naar? En wat wil ik leren bijdragen in het contact met een ander?

IN DIT NUMMER

- | | |
|-------|--------------------------------------|
| 03 | Een vak in beweging |
| 04 | Ruimte om stil te staan |
| 05-06 | Marcel & Layla |
| 07 | Een fundament, ook als je nieuw bent |
| 08-09 | De leerroute & de podcast |
| 10-11 | Leren en veranderen |
| 12-13 | Jouw mogelijkheden na het jaar |
| 14-16 | Praktisch & jouw volgende stap |

LICHAAMSGERICHT / ERVARINGSGERICHT

Boksen brengt de ontmoeting in beweging.

Je ziet een beweging. Je hoort een ademhaling.
Je merkt dat het contact verandert. Daar begint het onderzoek.

Tijdens het boksen kan zichtbaar worden hoe iemand met spanning, grenzen, afstand of initiatief omgaat. Dat maakt de boksring een plek om samen te onderzoeken. Wat merk je? Wat gebeurt er in jouw lijf? Herken je dit in andere situaties?

Als Bokstherapeut leer je een ervaring verbinden aan een hulpvraag. Je kiest een passende werkvorm, stemt de uitvoering af en bespreekt met de cliënt wat die daarin tegenkomt. Het gesprek en de beweging krijgen betekenis in samenhang.

Daarvoor leer je nauwkeurig waarnemen. Een verandering in tempo vertelt je dat er iets verandert; de betekenis daarvan onderzoek je met de cliënt. Je stelt vragen, toetst je indruk en laat ruimte voor wat jij nog niet weet.

Je leert ook de stap naar het dagelijks leven begeleiden. Waar kan de cliënt een andere reactie uitproberen? Wat is een haalbare stap? In een volgende sessie onderzoek je samen wat die ervaring heeft opgeleverd.

DE KERN VAN HET VAK

Waarnemen. Afstemmen. Een passende interventie begeleiden.
De ervaring helpen verbinden aan het dagelijks leven.

EEN MOMENT VOOR JEZELF

Ruimte om stil te staan.

Je wilt anderen begeleiden. Wat brengt jou zelf in beweging? Neem deze vragen mee terwijl je verder leest.

01**Wat trekt je aan?**

Welk deel van werken met mensen geeft jou energie? Denk aan een moment waarop je voelde: hier wil ik meer mee doen.

02**Wat neem je mee?**

Welke ervaring uit jouw leven of werk helpt je om anderen te begrijpen? En waar ben je nog nieuwsgierig naar?

03**Wat wil je ontwikkelen?**

Wat zou je willen leren om met meer vertrouwen te begeleiden? Welke vraag zou je daarover aan Marcel of Layla stellen?

Schrijf een paar woorden op. Neem jouw vragen mee naar een kennismaking met de Academie.

PORTRET / DE GRONDLEGGER

Nieuwsgierigheid als vertrekpunt.

MARCEL AMSTELVEEN

Marcel is de grondlegger en ontwikkelaar van de methodiek Bokstherapie. Zijn cliëntpraktijk en zijn lichaamsgerichte, systemische achtergrond vormen een belangrijke bron voor het onderwijs.

Bij hem leer je kijken naar wat zich in het contact afspeelt. Wat zie je daadwerkelijk? Wat vul je in? En welke invloed heb jij op het moment dat je iets zegt, doet of juist laat?



WAT JE BIJ MARCEL ONDERZOEKT

Je leert jouw eigen reacties meenemen in het onderzoek. Haast, de neiging om te helpen of het ongemak van een stilte: ook jouw aandeel doet ertoe. Door dat te herkennen kun je bewuster kiezen hoe je begeleidt.

Praktijkvoorbeelden, demonstraties en feedback maken het vak concreet. Een oefening krijgt diepte wanneer je begrijpt waarom je haar inzet en kunt volgen wat zij bij de ander teweegbrengt.

PORTRET / AFSTEMMING IN HET CONTACT

Het lijf vertelt mee.



LAYLA FOKS

Layla is fysiotherapeut, haptonoom, lichaamsgericht therapeut en Bokstherapeut. Zij brengt haar kennis van het lijf en het therapeutische contact samen in het begeleiden van studenten.

Bij haar verfijn je jouw waarneming. Je leert aandacht geven aan adem, spanning, afstand en de manier waarop iemand aanwezig is. Je onderzoekt hoe jij daarop afstemt, in je beweging én in je woorden.

Dat begint ook bij jezelf. Wat merk jij in je lijf terwijl je begeleidt? Kun je jouw tempo aanpassen? Hoe blijf je in contact en laat je de ander ruimte om te kiezen?

VAN AANVOELEN NAAR BEWUST HANDELEN

Tijdens het oefenen krijg je concrete feedback op je afstemming. Je leert een indruk bespreekbaar maken, de reactie van de ander meenemen en je interventie aanpassen. Zo krijgt gevoeligheid richting in jouw professionele handelen.

Marcel en Layla verbinden hun perspectieven aan dezelfde opdracht: jou het vak leren, met aandacht voor wie jij bent en hoe jij begeleidt.

OOK ZONDER THERAPEUTISCHE ACHTERGROND

Je hoeft het vak nog niet te kunnen. Je komt het leren.

De jaaropleiding is ingericht om je een fundament te laten bouwen voor therapeutisch begeleiden met boksen.

Je brengt jouw ervaring, motivatie en manier van kijken mee. Misschien werk je als coach, geef je training, begeleid je mensen in zorg of onderwijs, of zoek je een nieuwe professionele richting. Tijdens de intake bespreken we hoe jouw achtergrond aansluit.

Met minimaal hbo-werk- en denkniveau, basiservaring met boksen of kickboksen en toelating na de intake kun je instappen. Een eerdere therapeutenopleiding is geen voorwaarde.

Je begint met zelf ervaren. Daarna leer je een sessie opbouwen, gerichte vragen stellen en passende interventies inzetten. Demonstraties, oefenen, feedback en begeleiding van proefcliënten brengen die vaardigheden stap voor stap samen.

Je leert je keuzes onderbouwen en je grenzen herkennen. Welke hulpvragen passen bij jouw deskundigheid? Wanneer overleg je of verwijst je door? Ook dat hoort bij verantwoord begeleiden.

VAN FUNDAMENT NAAR VAKMANSCHAP

Je ontwikkelt je tot therapeutisch begeleider die boksen lichaamsgericht en ervaringsgericht inzet, binnen je eigen deskundigheid. Na het eerste leerjaar kun je verder groeien via losse verdiepingsmodules.

EEN JAAR OM HET VAK TE LEREN

Van nieuwsgierigheid naar vertrouwen.

Negen lesblokken van twee dagen vormen samen een leerroute. Je ontwikkelt vaardigheden, oefent ermee en leert ze verbinden in jouw begeleiding.

01 Een fundament opbouwen

Je maakt kennis met het vak en ontdekt hoe jouw achtergrond daarin een plek krijgt. Theorie en eigen ervaring helpen je begrijpen wat therapeutisch begeleiden vraagt.

02 Leren begeleiden

Je ontwikkelt het vermogen om waar te nemen, contact te maken en je begeleiding zorgvuldig af te stemmen. Met feedback bouw je stap voor stap vertrouwen op.

03 Toepassen en onderbouwen

In de praktijk verbind je het geleerde aan jouw handelen. Je leert keuzes maken, erop terugkijken en verantwoordelijkheid dragen voor je professionele grenzen.

LATEN ZIEN WAT JE HEBT GELEERD

In het praktijkexamen toon je jouw begeleiding en reflectie. Als je aan de opleidings- en exameneisen voldoet, ontvang je het certificaat Gecertificeerd Bokstherapeut.

LUISTER MEE / ONTMOET DE MENSEN ACHTER HET VAK

Een gesprek dat je dichterbij brengt.



DE BOKSTHERAPIE NEDERLAND PODCAST

In de podcast hoor je Marcel en Layla in gesprek over Bokstherapie, hun visie op het vak en het opleiden van studenten. Een persoonlijke kennismaking met de mensen achter de Academie.

Luister bijvoorbeeld naar **Een schooljaar afgerond**. Marcel en Layla kijken terug op examendagen en de ontwikkeling van studenten. Wat raakt hen in het opleiden? Wat betekent het om iemand te zien groeien in het vak?

Luister naar de podcast op Spotify

Begin met een gesprek. Neem jouw eigen vragen mee naar de Academie.

EEN LESBLOK BEGINT AL VÓÓR DE LESDAG

Ervaren op de Academie. Oefenen in de praktijk.



Layla in de boksring / beweging als ingang voor onderzoek

Vorbereiden

In de online leeromgeving verdiep je je in theorie, opdrachten en werkvormen. Je neemt een vraag of oefenpunt mee naar de lesdagen.

Ervaren en oefenen

Je ziet demonstraties en oefent met medestudenten. Je wisselt tussen zelf ervaren en begeleiden. Feedback helpt je preciezer kiezen wat je doet.

Toepassen

Je begeleidt zeven volwassen proefcliënten, ieder vier sessies. In die 28 sessies bouw je ervaring op met een begeleidingsproces.

Terugkijken en verder leren

Je maakt reflectieverslagen en oefent in je vaste intervisiegroep: minimaal zeven bijeenkomsten van drie uur. Zo verbind je jouw ervaringen aan concrete leerpunten.

PERSOONLIJK / PROFESSIONEEL / VAKINHOUDELIJK

Je leert het vak. En komt jezelf tegen.

Wat vraagt het van jou om bij een ander te blijven, als je eigen reflexen zich laten horen?

Misschien wil je snel een oplossing aanbieden. Misschien vul je een stilte in, ga je harder werken of twijfel je aan wat je waarneemt. Zulke momenten kunnen een belangrijk deel van het leren worden.

Door zelf oefeningen te ervaren, herken je beter wat nabijheid, spanning, ruimte of een grens met jou doen. Je gaat zien hoe jouw reacties invloed hebben op het contact. Die bewustwording geeft je meer mogelijkheden om te kiezen.

Professionele groei wordt zichtbaar in wat je doet. Je beschrijft nauwkeuriger wat je ziet, stelt gerichtere vragen en laat ruimte voor het antwoord. Je bouwt een sessie op en past je interventie aan wanneer de situatie daarom vraagt.

Je ontwikkelt een eigen manier van begeleiden, met een onderbouwing. Niet iedere oefening werkt hetzelfde voor iedere cliënt. Juist daarom leer je afstemmen, evalueren en opnieuw kiezen.

EEN VRAAG OM MEE TE NEMEN

Welke reflex van jezelf zou jij beter willen herkennen wanneer je anderen begeleidt?

NA HET OPLEIDINGSJAAR

Hoe krijgt dit vak bij jou een plek?

Je kunt Bokstherapie verbinden aan je huidige werk, je begeleiding verbreden of een eigen praktijk ontwikkelen.

Als je al met mensen werkt, onderzoek je hoe lichaamsgericht en ervaringsgericht begeleiden jouw aanpak kan verdiepen. Je leert passende werkvormen inzetten vanuit een hulpvraag en jouw professionele kader.

Werk je als bokstrainer of coach? Dan bouw je aan het therapeutisch begeleiden: waarnemen, contact maken, een proces volgen en je keuzes onderbouwen. Jouw bestaande ervaring is een vertrekpunt voor wat je gaat leren.

Wil je zelfstandig gaan begeleiden? De opleiding bouwt je vakinhoudelijke fundament. Hoe jij vervolgens jouw praktijk inricht, hangt ook samen met je achtergrond, deskundigheid en de mensen met wie je wilt werken.

Na certificering kun je je verbinden aan het netwerk van Bokstherapeuten in Nederland en België. Daar ontmoet je vakgenoten met verschillende werkvelden en manieren om het vak toe te passen.

EEN INKIJK IN HET NETWERK

Samantha van der Werf

Werkt vanuit Binnen in Beweging in Made. In haar begeleiding onderzoekt zij gevoel, gedrag en patronen via het lijf.

Halim Msellemi

Begeleidt cliënten bij Bokstherapie Breda. Met beweging en boksoefeningen onderzoekt hij spanning, grenzen en contact.

Ontmoet het netwerk

EEN FUNDAMENT OM OP VOORT TE BOUWEN

Het eerste jaar opent de deur naar verdieping.

Na het behalen van de basisopleiding en het praktijkexamen kun je jouw repertoire verder ontwikkelen via losse modules.

Ademhaling & Bokstherapie

Verfijn je waarneming van adem, spanning en ritme. Onderzoek hoe je beweging en begeleiding daarop afstemt.

Traumasensitief - de verdieping

Bouw voort op de basis en onderzoek draagkracht, tempo, keuzeruimte en zorgvuldige afstemming.

Systemisch Boksen

Verdiep je blik op relaties, rollen en terugkerende patronen. Onderzoek hoe je verbanden zorgvuldig uitvraagt.

[Bekijk de verdiepingsmodules](#)

JOUW OPLEIDINGSJAAR IN HET KORT

Maak ruimte voor jouw ontwikkeling.

INVESTERING

€ 4.350

Btw-vrijgesteld

Ineens of in acht termijnen

8 × € 543,75

De plek

Industrieweg 10-D, Harmelen. De Academie ontvangt studenten uit Nederland en België.

De lesdagen

Negen lesblokken van twee aaneengesloten dagen. De lestijden zijn 10.00 tot 17.00 uur.

De instroom

Start in maart of september. Bekijk de actuele groepen en alle les- en examendata op de website.

Wat je meebrengt

Minimaal hbo-werk- en denkniveau, basiservaring met boksen of kickboksen en motivatie om dit vak te leren. Toelating volgt na de intake.

Wat je doet

Minimaal 80% aanwezigheid, actieve deelname, online voorbereiding, reflectie, proefcliëntsessies en intervisie.

Wat je vastlegt

Bij inschrijving lees en onderteken je de planning, betaalafspraken, opleidingsafspraken en algemene voorwaarden. Je ontvangt een kopie.

CRKBO-geregistreerde opleider. De actuele informatie, volledige voorwaarden en gekozen afspraken op de website zijn leidend.

JOUW NIEUWSGIERIGHEID IS EEN GOED BEGIN

Wat wil jij leren bijdragen?

- 01 Waar zou beweging jouw gesprekken of begeleiding kunnen verdiepen?
- 02 Wat wil je leren over jouw eigen invloed in het contact?
- 03 Met welke mensen en hulpvragen zou jij graag willen werken?

Je hoeft alle antwoorden nog niet te hebben. Tijdens een open ochtend kun je Bokstherapie ervaren en de docenten ontmoeten. In een online kennismaking bespreek je jouw achtergrond, mogelijkheden en vragen.

Weet je al dat je dit vak wilt leren? Dan kun je je direct inschrijven. Je ondertekent de gekozen afspraken vooraf. Na een positieve intake en controle van een beschikbare plaats bevestigt de Academie je deelname schriftelijk. Daarmee ontstaat de overeenkomst en betalingsverplichting; daarna heb je veertien kalenderdagen bedenktijd.

[Kom naar de open ochtend](#)[Plan een online kennismaking](#)

Liever meteen starten? Ga naar BokstherapieNederland.nl/inschrijven.

LEER HET VAK. MAAK HET JE EIGEN.

Een vak dat blijft bewegen.



Ervaren. Oefenen. Reflecteren.
En steeds bewuster leren begeleiden.

Schrijf je in voor de jaaropleiding