

# SYSTEM CENTERED® INTRODUCTIE TRAINING – UTRECHT

## SHANTA BAAN & DAN TUFFY

Start: Woensdag 28 januari 2026, 13:00-17:00



**Systems Centered Training (SCT)** is gebaseerd op Yvonne Agazarian's "Theory of Living Human Systems". Sinds het eind van de jaren '80 wordt SCT met succes toegepast bij individuen, stellen, groepen en organisaties. Het integreert kennis en onderzoek uit groepsdynamica, psychotherapie en interpersoonlijke neuro-biologie. SCT biedt technieken om de verbinding met jezelf, anderen en de kracht van de groep te versterken. SCT is een ervaringsgerichte methode die ons leert om verschillen en onze reacties daarop te onderzoeken in plaats van ze onbewust uit te leven.

### Wat ga je leren en welke resultaten kun je verwachten?

- Je leert hoe je blik op de wereld fundamenteel verandert wanneer je niet enkel 'losse' individuen ziet, maar ook de onderliggende systemen en hun dynamiek.
- Je leert de eerste fases van groepsdynamiek herkennen en raakt ermee op je gemak.
- Je leert de SCT-kernvaardigheid 'Functionele Subgroepen' gebruiken om ervaringen in het hier-en-nu binnen de groep te verkennen.
- Je leert hoe groepsdynamiek ons autonome zenuwstelsel beïnvloedt en hoe ons gedrag het groepsklimaat beïnvloedt.
- Je leert je triggers en automatische reactiepatronen herkennen en je ontwikkelt effectievere manieren van reageren.
- Je leert jezelf te reguleren, zowel zelfstandig als in interactie (co-regulatie) met anderen, wat je helpt om kalmer en meer in balans te voelen.
- Je krijgt handvatten hoe je effectiever kunt bijdragen aan de groepen/systemen waar je deel vanuit maakt (zowel privé als zakelijk).

#### Data:

woensdag 13:00-17:00, 28/1, 18/2, 11/3, 15/4, 20/5 en 24/6 2026

#### Locatie:

Utrecht, Landhuis in de Stad

#### Investering:

775 euro - zzp/privé(ex BTW)  
1075 euro - organisatie (ex BTW)

*In de training wordt zowel Nederlands als Engels gesproken als luistertaal. Dat betekent dat mensen die Nederlands begrijpen, maar zichzelf het beste in het Engels kunnen uitdrukken, Engels kunnen spreken.*

### Trainers



**Dan Tuffy** heeft een SCT Project Licentie, is lid van het Systems Centered Training and Research Institute (SCTRI) en werkt als (jeugd)coach, organisatieadviseur, (relatie)therapeut en muziekproducent/geluidsengineer.

**Shanta Baan** heeft een SCT Project Licentie, is lid van SCTRI en werkt met individuen en groepen als (team)coach, supervisor en trainer. Ze heeft meer dan 20 jaar ervaring in body-mind training en leiderschapsontwikkeling.

**Ben je nieuwsgierig geworden? Bel of mail**

voor meer informatie of aanmelding: Dan ([tuffy.dan@gmail.com](mailto:tuffy.dan@gmail.com)) of Shanta ([info@shantabaan.nl](mailto:info@shantabaan.nl)) | 0640439125