



Vanaf eind november bied ik in totaal 6 scholingsdagen aan, verspreid over 3 maanden (dec, jan, feb). Elke scholingsdag is een combinatie van (zelf) onderzoek, verrassende werkvormen uit diverse disciplines, oefen situaties en een gedegen theoretische kapstok. Steeds zullen voorbeelden van de werkers en hulpverleners zelf centraal staan en als lesstof dienen. Hieronder volgt de beschrijving van de thema's.

1. ***“Neem het niet zo persoonlijk!”***

Een dag over gevoelens, hun functie en de praktische omgang ermee.

Heftige situaties en omstandigheden bij cliënten kunnen heftige gevoelens oproepen. De 2 meeste gegeven adviezen zijn: 'je moet je zelf er een beetje voor afschermen' of 'je moet het gewoon loslaten aan het eind van de dag'. Kan dat echt? Moet je een van de weinige instrumenten die we hebben als werker werkelijk afsluiten? Hoe dis-identificeer je van je gevoelens, zonder deze te onderdrukken? Hoe voorkom je dat je overspoelt raakt en uit over bezorgdheid je eigen grenzen voorbij loopt? Hoe kan je je vermogen te voelen als instrument inzetten? En tot slot, hoe kan je leren gevoelens niet altijd persoonlijk te nemen?

2. ***“Als je begrijpt wat ik bedoel...”***

De vraag achter de vraag leren opsporen. Waarnemen en ordenen op 3 niveaus.

Zou het niet heerlijk zijn als je wat je ziet, voelt en denkt kan gebruiken in het werken met je cliënten? In deze dag leer je boven water te krijgen wat je toch al hoort of voelt en hier actief mee te werken. Je leert onderscheid maken tussen het niveau van de feiten, de gevoelens en de context (het verhaal of geloofssysteem) en hoe dit te maken heeft met onze twee hersenhelften.

3. ***“Wie ben ik?”***

Vergroten van de eigen kracht van de werker en het vermogen je te profileren.

Voor werkers die behoefte hebben om stil te staan bij wie ze als werker zijn en waarom. Aan het eind van de dag hebben de deelnemers een duidelijker beeld van hun eigen professionele loopbaan, inclusief de toekomst. Het verstevigt gevoel voor richting, vergroot mobiliteit en vermogen om te begrenzen omdat je beter weet waar je kracht en je zwakten liggen. Vragen die aan bod komen: Van waaruit werk ik eigenlijk? Wat is mijn visie op de mens en mijn werk? Hoe is die ontstaan? Wat heb ik nodig? Waar ben ik nodig? Wat moet ik daar zelf voor investeren?

4. ***“Doe alsjeblieft niet normaal, de wereld is al gek genoeg”***

Bewust positief beïnvloeden: normaliseren van problemen.

Op deze dag leert de werker problemen te normaliseren door oog te krijgen voor context (geloofssystemen) en die te veranderen.

Met nieuwsgierigheid en de verbeelding als belangrijkste instrumenten.

Je leert naar cliënten kijken in de metafoor van de transformatie van de rups naar een vlinder. Zoals de vlinder de worsteling in de cocon nodig heeft om het bloed door zijn vleugels te pompen en te kunnen vliegen, zo komen mensen op krachten aan hun moeilijkheden en problemen. Als we te vroeg ingrijpen, zal de vlinder niet kunnen vliegen.

Thema 5 en 6 : Een serie van 2 dagen, over (de psychologie van) eigen kracht, zingeving en geloofssystemen (als serie te boeken).

Deze serie haakt in op de stelling van Machteld Huber (positieve gezondheid) 'zingeving is het beste medicijn'. Het leert werkers hier praktisch mee werken bij zowel jongeren, volwassenen en ouderen. En het leert situaties herkennen waar dit medicijn gegeven dient te worden, alvorens andere interventies te kunnen laten slagen.

NB: Het geleerde in deze serie kan bijvoorbeeld als startpunt dienen voor een 'zin in zin -werkgroep' over kruisbestuiving tussen de verschillende doelgroepen.

5. "Positief denken; geloof jij het?"

Een inleiding in de basis van positieve gezondheid, maar dan anders.

Iedere werker weet dat je apathie, een verslaving of agressie niet weg krijgt met simpel positief te gaan denken. Wat is de essentie van deze 'positief denken' hype? Wat is de relatie met zingeving? Wat is zingeving eigenlijk, hoe herken je het gebrek en hoe werk je ermee? Wat betekent zingeving voor jongeren? Wat heeft dit met veranderen te maken? Een dag met o.a. kennis over de waarde van zingeving en de psychologische wetten van verandering.

6. "Ik heb er geen zin (meer) in"

Leren werken met eigen kracht, weerstand en belemmerende overtuigingen.

Hoe ga je om met klanten die nergens zin meer in hebben, bij alles een 'maar' zien? Wat is de functie van weerstand in een veranderingsproces? Hoe bepalend zijn onze gedachten en overtuigingen (en die van onze klanten)? En wat zijn de randvoorwaarden in een professionele relatie, voor het aanboren van eigen kracht en het opwekken van zin? Wat zijn de do's en don'ts? Een dag met kennis uit de biochemie (epi-genetics), over het brein, de mogelijkheid onze eigen werkelijkheid te beïnvloeden en een ander daarbij te helpen.

----einde serie----

PRAKTISCHE INFORMATIE:

Locatie: Conferentiecentrum de Poort in Groesbeek.

Prijs: € 195 per themadag, inclusief koffie/thee en lunch. Exclusief btw.

Bij 6 personen of meer gaat een themadag door. Bij minder personen gaat de dag door op de datum dat er de meeste staan ingeschreven. Je kan dan eventueel naar de andere dag verschuiven.

OPGAVE

Voor opgave stuur je een mail met de themadag(en), je voorkeursdatum en een factuuradres. Je ontvangt van mij een deelnamebevestiging en praktische details in de week van 21 november. Twijfel je of een dag wat voor je is, bel of mail me dan gerust.

Tot dan, hartelijke groet
Jetske Osterthun