

STUDIEGIDS

14-DAAGSE TRAINING VOOR PROFESSIONALS



WAT ALS HET WAAR IS

dat je in 5 stappen meer uit je leven kunt halen én

uit dat van anderen

Inhoudsopgave

14-daagse training ‘Wat als het waar is’	2
Introductie Repairing Balance®	2
Voor wie is deze training bedoeld	2
Wat ga je in deze training leren	3
Duur van de training en groepsgrootte	3
Begeleiding	3
Studiemateriaal.....	4
Studiebelasting en aanwezigheid	4
Wat levert deze training je op	4
Accreditering en kwaliteit	4
Overzicht trainingsprogramma	5
Kosten.....	6
Contact	6
Aanmeldformulier training ‘WAT ALS HET WAAR IS’	7

14-daagse training ‘Wat als het waar is’

Introductie Repairing Balance®

In ons opleidingsinstituut trainen we professionals en leidinggevenden aan de hand van de methode Repairing Balance®. Onze unieke aanpak stelt professionals en leidinggevenden in staat processen beter te begrijpen, zowel bij zichzelf als bij anderen. Daardoor halen zij meer uit hun leven en uit hun werk én weten ze ook hoe ze anderen kunnen leren meer uit het leven of hun werk te halen.

Ieder mens is uniek. We zien er anders uit, denken soms anders, ieder heeft zijn eigen gevoelswereld, kent zijn eigen emoties, heeft zijn eigen verlangens en zijn eigen bestemming in dit leven. Dit vormt samen met onze ervaringen ons innerlijk instrument. Toch hebben we ook iets gemeen. Namelijk de manier waarop dit innerlijk instrument beweegt, die is voor ons allemaal hetzelfde. Hoe dit innerlijk instrument beweegt en hoe je kunt (bij)sturen, is uniek aan Repairing Balance®. Met onze aanpak krijg je zicht op de onderlinge relaties tussen ons denken, voelen en handelen. Je kunt het met Repairing Balance® meten en zichtbaar maken.

Wil je als professional of leidinggevende **niet meer opgeslokt worden door oude patronen, energielekken** hebben door conflicten waar geen einde aan lijkt te komen **of weerstanden** die alsmaar de kop op steken, **kom dan onze 14-daagse training volgen en kom tot nieuwe inzichten.**

Voor wie is deze training bedoeld

Als deelnemer aan deze training heb je een hbo-denkniveau en een duidelijke affiniteit met het coachen en/of begeleiden van mensen. Wij geloven namelijk dat ieder mens kan leren zijn of haar leven (bij) te sturen en tot meer evenwicht kan komen als zijn innerlijke wereld op een juiste manier wordt aangeraakt. De mensen die onze aanpak omarmen nemen de verantwoordelijkheid voor hun leven, zijn in staat eerlijk naar hun eigen proces te kijken maar zien ook het proces bij de ander, waardoor zij in staat zijn de relatie te onderhouden vanuit een open en transparante verbinding.

Dat maakt deze training bij uitstek geschikt **voor professionals** en **hulpverleners** die cliënten begeleiden, **leerkrachten, opvoeders**, mensen met een **dienstverlenend beroep** en **HR-managers** of **leidinggevenden**.

Ook is deze opleiding geschikt voor mensen die al een eigen praktijk hebben en meer willen weten over het begeleiden van mensen met klachten op allerlei levensgebieden zoals burn-out klachten of stressklachten.

Aan deze training gaat een intakegesprek vooraf, zodat wij jou het maximale resultaat uit deze training kunt halen. Dit intakegesprek zal plaatsvinden met één van de trainers, Berry Rijkers of Margo Sentjens.

Heb je interesse om deel te nemen, vul dan bijgevoegd aanmeldformulier in en stuur dit naar margo@repairingbalance.nl

Mocht je twijfelen of deze opleiding voor jou geschikt is, neem dan contact op met Berry Rijkers +31 643 033 349 of Margo Sentjens +31 628 203 111

Wat ga je in deze training leren

Naast leren hoe het innerlijk instrument werkt en hoe je hierin kunt (bij)sturen, richten wij ons onder meer op de volgende vaardigheden:

Luisteren

Je leert de informatie die met name belangrijk is voor het innerlijke instrument te herkennen – zowel verbale als non-verbale communicatie en gedrag – en relevante vragen te stellen die de situatie verduidelijken.

Gewaarworden

Je wordt je veel meer bewust hoe jij innerlijk beweegt, herkent en erkent jouw signalen en strategieën en de impact van jouw handelen op je omgeving.

Communiceren

Je leert authentiek te communiceren en je oordeel uit te stellen – zowel naar jezelf als naar de ander – en bent transparant over je eigen overwegingen en handelen.

Eigenaar zijn

Je leert de verantwoordelijkheid te nemen voor de sturing in jouw eigen leven en bent in staat anderen te motiveren en stimuleren zelf aan het stuur te staan in hun leven en zich daar ook eigenaar van te voelen.

We leren je op een professionele manier jouw eigen ervaring van het geleerde functioneel in te zetten waarbij respectvol met elkaar omgaan de basis vormt.

Duur van de training en groepsgrootte

De training bestaat uit een intakegesprek en 14 lesdagen. Tijdens de eerste lesdag wordt ook een test (meting) afgenomen.

De groep bestaat uit minimaal 8 en maximaal 20 deelnemers die om de 2 tot 3 weken samen komen. De dagen worden op de eerste lesdag in overleg gepland.

Begeleiding

Als deelnemer krijg je gedurende deze training twee keer een persoonlijk gesprek. Tijdens deze momenten heb je de mogelijkheid om je eigen situatie bespreekbaar te maken en/of te kijken waar je tijdens de training tegenaan loopt.

Studiemateriaal

Je ontvangt als onderdeel van deze opleiding verschillende materialen, waaronder een studiemap, readers en hand-outs.

Tijdens de training raden we je aan een aantal boeken te lezen die kunnen bijdragen tot je eigen bewustwordingsproces. De titels van deze boeken worden verstrekt door de trainers. Deze boeken vormen geen verplicht onderdeel van de training en zijn voor eigen rekening aan te schaffen.

Studiebelasting en aanwezigheid

Aanwezigheid

Uiteraard kunnen er omstandigheden zijn waardoor je een keer verhinderd bent maar wij verwachten in principe dat je aanwezig bent op alle trainingdagen (ons gezamenlijk commitment).

De laatste trainingdag is een soort terugkom en supervisie moment waarop wij toetsen of je het geleerde ook in de praktijk kunt brengen.

Studiebelasting

De lesdagen zijn van 09.30 tot ongeveer 16.30 uur. Na elke lesdag schrijf je een reflectieverslag. Je beschrijft daarin wat je hebt geleerd, wat het met je heeft gedaan en wat je ermee hebt gedaan.

Wat levert deze training je op

Na deze training zul je zien dat je meer uit het werk en je leven haalt. Je hebt meer zicht op wat er in de interactie tussen jou en anderen werkelijk gebeurt, leert signalen te herkennen en bent daardoor beter in staat processen te begrijpen en (bij) te sturen.

Ook zul je merken dat je minder energie verliest aan oude patronen, weerstand en conflicten die je voorheen leeg leken te zuigen. Je begrijpt niet alleen beter wat er gebeurt en waar het vandaan komt, maar weet ook hoe je het volwassen gesprek hierover kunt voeren.

Accreditering en kwaliteit

Wij kiezen er bewust voor geen accreditaties aan te vragen voor onze training. Wij geven de voorkeur aan het leveren van de hoogst mogelijke kwaliteit boven het moeten voldoen aan allerlei auditvereisten.

Na het succesvol afronden van deze training ontvang je een certificaat. Dit certificaat geeft toegang tot de opleiding tot Repairing Balance coach.

Overzicht trainingsprogramma

Lesdag 1 Introductie en kennismaking

Introductie en kennismaking met elkaar en de kracht van Repairing Balance®.

Lesdag 2 Signalen

Signalen leren herkennen en erkennen. Wat zijn signalen en hoe ga jij met signalen om.

Lesdag 3 Strategieën en verandering

Je leert jouw strategieën herkennen en erkennen die jouw persoonlijk leiderschap in de weg staan en begrijpt het effect hiervan op jezelf en op anderen.

Lesdag 4 De kracht van ons innerlijk instrument

Waaruit bestaat ons innerlijk instrument en hoe zien de onderlinge relaties uit.

Lesdag 5 De kracht van het denken

Hoe beweeg je in je denken, wat vertel jij jezelf en wat betekent dat.

Lesdag 6 De kracht van gevoelens

Hoe beweeg jij in jouw gevoelswereld en wat betekent dit voor jezelf en de manier waarop jij de wereld aanschouwt of ervaart.

Lesdag 7 De kracht van overtuigingen

Welke boodschappen heb jij gekregen, welke conclusies trok jij hieruit en volgens welke overtuigingen geef jij nu invulling aan je leven.

Lesdag 8 Het innerlijk instrument in een totaalbeeld

Hoe zien de onderlinge relaties er in een totaalbeeld uit, waar zit onbalans en wat zijn de belangrijkste zaken die verandering nodig hebben om tot een juiste beweging te kunnen komen.

Lesdag 9 Het maken van de 'juiste' beweging

Het maken en herstellen van je balans door de juiste beweging te maken volgens het 5 stappen model van Repairing Balance®.

Lesdag 10 Repairing Balance in de praktijk stap 1 en 2

Leren stilstaan en vragen stellen.

Lesdag 11 Repairing Balance in de praktijk stap 3 en 4

Bewust worden en leren zijn en de juiste beweging maken.

Lesdag 12 Repairing Balance in de praktijk stap 5

De stappen naar een blijvend herstel en duurzaam resultaat.

Lesdag 13 Oefendag

Deze dag ga je het geleerde in de praktijk brengen én laten zien aan de hand van gesimuleerde situaties.

Lesdag 14 Terugkom- en supervisie dag

Deze dag zal worden ingevuld op basis van de voorgaande leerdagen en bevindingen.

Al onze lesdagen zijn een **mix** van een stuk **theoretische achtergrond** en een flinke portie **oefenen, ervaren en uitwerken** aan de hand van je eigen proces en het groepsproces.

Kosten

De kosten voor deze training bedragen € 3.850 exclusief btw.

Contact

Voor vragen over de training kun je contact opnemen met:

Berry Rijkers T: +31 643 033 349

Margo Sentjens T: +31 628 203 111

Aanmeldformulier training 'WAT ALS HET WAAR IS'

dat je in 5 stappen meer uit je leven kunt halen én uit dat van anderen

Dit formulier graag volledig invullen en mailen naar: margo@repairingbalance.nl

Voornaam	
Achternaam	
Straatnaam	
Postcode en plaats	
Emailadres	
Telefoonnummer	
Geboortedatum	
Persoonlijke motivatie om deze training te willen volgen.	
Geef ook aan of je deze training wilt volgen om in je werk in te zetten of voor persoonlijke groei.	