

## Programma 'Jezelf onderdompelen in Transformational Presence'

### Oorsprong en doelstelling

Het programma kent zijn oorsprong in een verkennende vraag van 3 deelnemers aan een 4-daagse training waarin ik de inhoud van de TPLC en de TPLA heb gecombineerd. Vanuit een diepgevoelde wens vroegen zij me om, als vervolg op de eerdere training, een programma te ontwikkelen dat zich centreert rondom het thema 'het gedachtegoed van Transformational Presence gaan leven'.

Deze vraag sloot en sluit naadloos aan bij mijn behoefte om mijn eigen, heel bewust doorlopen proces met Transformational Presence door te geven. Ik wens meer mensen toe een diepe innerlijke rust te ervaren, krachtiger en met meer zelfvertrouwen in het leven te staan en vanuit een verhoogd en versterkt bewustzijn in het moment zelf heldere keuzes te kunnen maken.

### Doelgroep

Het programma is bedoeld voor oud-deelnemers aan de IC-TP/TPLC en/of TPLA die het verlangen hebben te verdiepen van wat in de eerdere trainingdagen is aangereikt, zodanig dat je het verankert in je alledaagse leven, zowel werk als privé. Transformational Presence wordt niet iets wat je 'af en toe doet', maar een manier van leven en werken.

Het programma helpt je je intuïtie meer, beter en natuurlijker in te zetten, waardoor jouw innerlijke kracht vollediger tot uitdrukking komt, je zelfverzekerder voelt én makkelijker en met meer plezier in je werk en je leven staat.

### Opzet van de bijeenkomsten

De bijeenkomsten strekken zich uit over ca. 9 maanden en zijn zowel 'live' als online via Zoom:

- 3 x een 'live' dag in Kapellerput in Heeze
- 4 x een online bijeenkomst van een halve dag
- In de online leeromgeving vind je alle scripts van de oefeningen. Ook kun je hier alle opnames van de online bijeenkomsten terugluisteren.

In de **live** bijeenkomsten gaan we verdiepend aan de slag met de belangrijkste kernthema's uit Transformational Presence:

- **Erkennen en actief aanvaarden wat is:** we verkennen de basishouding dat je jezelf openstelt om informatie te ontvangen (de 'input-of ontvangende modus') en doorleven wat dit van je vraagt in termen van overgave aan dat wat is, loslaten van een mogelijke neiging tot het willen houden van controle in balans met iets (willen) bereiken en voor elkaar krijgen.
- **Luisteren en dialoog:** het (verder) versterken van je vaardigheden en vermogens om breed waar te nemen, aan te voelen en te luisteren naar wat het leven je toefluistert. En vanuit deze houding en capaciteit het aangaan van een dialoog met het potentieel in willekeurig welke situatie.
- **Vertrouwen en moed:** het (verder) verkennen en versterken van het vertrouwen in en op jezelf, de ander en het leven en de moed om, bij voortduring, in het onbekende en het niet-weten te stappen. En wat er voor nodig is om, stap voor stap, de behoefte om dingen te zien aankomen, vóór te zijn los te laten, vanuit een rotsvast vertrouwen dat, wat er ook maar op je pad komt, je een passende respons hebt om ermee om te gaan.
- **Van oordelen naar liefdevol onderscheiden:** het (verder) loslaten van je oordeel, je neiging om overall een label op te plakken (goed, fout, positief, negatief, etc). Het versterken van je vaardigheid om nieuwsgierig en in verwondering te blijven. Je aandacht uitsluitend te richten op

je waarneming om, van daaruit, je vermogen om aan te voelen wat dienend is en wat niet dienend is (je onderscheidingsvermogen) verder te versterken.

- **Van 'reactie naar respons':** het waar nodig bewust worden en doorbreken van reactieve gewoontepatronen en deze omzetten naar het in het moment geven van een passende respons op wat er gebeurt en wil gebeuren. Het eigen maken van het zijn van een compassievolle waarnemer om zo de potentieelgerichte benadering van het leven te leven.

Aan de hand van (grotendeels) nieuwe tools en oefeningen werken we als groep, 1-op-1 en zelfstandig, we delen ervaringen en inspireren elkaar. Je komt volledig los van de waan van de dag, je vertraagt en verstillt. Je richt je op het aanleren van een nieuw gewoontepatroon om het potentieel tot je te laten spreken, te luisteren naar wie je wordt gevraagd te zijn en naar wat de uitnodiging is in het zetten van concrete stappen voorwaarts.

De **online** bijeenkomsten worden vormgegeven door middel van een geheel nieuw model van intervisie, volledig gebaseerd op Transformational Presence, ontwikkeld in samenspraak met Alan Seale. Je oefent met deze nieuwe stappen, in het formuleren van ontdekkingsgerichte, oordeelloze vragen en ondersteunt elkaar in het bewust worden van het potentieel in eigen praktijkgerichte casuïstiek. Per bijeenkomst houden we minimaal één ronde van intervisie waarbij je als deelnemer zelf een eigen casus centraal stelt (werk gerelateerd of privé). Kern is dat het niet gaat om 'willen begrijpen', 'analyseren' of 'oplossen', maar om nieuwe informatie te verzamelen, degene die de casus inbrengt te helpen verkennen en ontdekken en een gerichte stap voorwaarts te maken.

Op deze manier is iedereen intensief aan het leren; de inbrenger ervaart de benadering aan den lijve en komt tot inzicht en gerichte actie op een belangrijk vraagstuk en de anderen worden zich bewust van hun eigen kijk- en vraagpatronen en maken, stap voor stap, deze nieuwe manier eigen.

In beide type bijeenkomsten (live en online) kijken we gezamenlijk naar de praktische individuele doorvertaling naar een eventueel nieuw te creëren gewoonte (een dagelijkse of meerdere keren per week terugkerende actie of oefening). Er is uiteraard veel ruimte voor Q&A. Tevens maak je je commitment concreet voor de periode tot de volgende bijeenkomst.

We creëren een zogenaamd 'presence-partnerschap'. Dit houdt in dat je een 'presence-partner' kiest (uit de groep) die je regelmatig spreekt. In die korte gesprekken (5 min) spreek je uit wie je wilt zijn en wat je gaat doen (bijv. t.a.v. een (werk)dag of belangrijke meeting of event). In een volgend gesprek kijk je samen terug en reflecteer je op het effect. Dit draagt er toe bij dat je op een (bijna) dagelijkse basis het gedachtegoed stevig verankert in je dagelijkse leven.

Is er gedurende het programma een oefening of tool waar je mee aan de slag wil (afkomstig uit de eerder doorlopen IC-TP/TPLC of TPLA) die je nog niet in het Nederlands hebt, geef dan een seintje en ik stuur je de vertaling op.

## Planning

De bijeenkomsten vinden op een vrijdag plaats tussen half juni 2023 en begin maart 2024. De locatie voor de 'live' bijeenkomsten is Conferentiecentrum Kapellerput in Heeze ([www.kapellerput.nl](http://www.kapellerput.nl)). Tussen de 3 'live' dagen vinden telkens twee online Zoom-bijeenkomsten plaats van een halve dag. Zo creëren we een ritme waarin we om de 4 á 6 weken samenkomen.

Het schema ziet er als volgt uit:

Sessie	Inhoud	Datum	Tijd	Locatie
1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erkennen en actief aanvaarden wat is</li><li>• Luisteren en dialoog</li></ul>	16 juni 2023	09.30 – 17.00	Kapellerput
2	Intervisie: eigen casuïstiek	1 september 2023	09.00 – 13.00	Zoom
3	Intervisie: eigen casuïstiek	13 oktober 2023	09.00 – 13.00	Zoom
4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vertrouwen en moed</li><li>• Van oordelen naar liefdevol onderscheiden</li></ul>	17 november 2023	09.30 – 17.00	Kapellerput
5	Intervisie: eigen casuïstiek	15 december 2023	09.00 – 13.00	Zoom
6	Intervisie: eigen casuïstiek	26 januari 2024	09.00 – 13.00	Zoom
7	<ul style="list-style-type: none"><li>• Van reactie naar respons</li><li>• De potentieelgerichte benadering van het leven</li></ul>	8 maart 2024	09.30 – 17.00	Kapellerput

### Investering

De investering voor dit traject is € 1.495,-, excl. BTW en excl. accommodatiekosten.

De accommodatiekosten voor de fysieke bijeenkomsten in Kapellerput in Heeze worden direct zelf ter plaatse individueel afgerekend. Om een indicatie te geven, het tarief dat Kapellerput in 2022 hanteert is € 72,50 ex BTW per persoon per dag. Dit kan uiteraard door inflatiecorrectie wijzigen in 2023 en 2024.

De totale investeringskosten komen daarmee uit op ca.: € 1.717,50 excl. BTW.

Voorwaarden voor tariefstelling:

- Genoemde bedragen zijn excl. 21 % BTW.
- ShiftsHappen hanteert een betalingstermijn van 14 dagen.
- De factuur wordt vooraf verzonden.