

Programma 'Jezelf onderdompelen in Transformational Presence'

Doelstelling

Het programma centreert zich rondom het thema 'het gedachtegoed van Transformational Presence gaan leven'. Het levendig houden en verdiepen van dat wat in de eerdere trainingdagen is aangereikt. Dit verder verankeren in het leven van alledag, zowel privé als op het werk.

Uitgangspunten

- De bijeenkomsten strekken zich uit over één jaar 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
- Sander faciliteert de live en online bijeenkomsten. Aan het eind van elke bijeenkomst (en waar nodig tussendoor) kunnen deelnemers aangeven om accenten waar gewenst te verleggen of te benadrukken. Zo co-creëren we het programma met elkaar.

Opzet van de bijeenkomsten

In de *live* bijeenkomsten dompel je jezelf onder in Transformational Presence. Een van de belangrijkste basishoudingen is dat je jezelf openstelt om informatie te ontvangen (de 'input-of ontvangende modus').

Het vraagt bewust afstand nemen, vertragen, met je aandacht in het nu zijn, en bewust een overgang maken van de 'output-modus (presteren, volhouden) naar de 'input-modus', met andere woorden bewust openstaan voor wat er aan informatie naar je toe komt. Zonder verwachtingen of vooropgezet plan. Thema's die aan de orde komen zijn 'erkennen en actief aanvaarden wat is', 'luisteren en dialoog', 'vertrouwen en moed', 'van oordelen naar onderscheid maken', van 'reactie naar respons' en de potentieelgerichte benadering van het leven.

Ik reik nieuwe tools aan, we oefenen in de groep en 1-op-1, delen ervaringen en inspireren elkaar.

Je komt volledig los van de waan van de dag, je vertraagt en verstilt. Je richt je op het aanleren van een nieuw gewoontepatroon om het potentieel tot je te laten spreken. Je vergroot je (zelf)bewustzijn door te erkennen en accepteren wat is en breder waar te nemen vanuit de ontvangende modus. Je oefent in het oké zijn met niet-weten en te vertrouwen zonder houvast of controle buiten jezelf te zoeken.

De *online* bijeenkomsten worden vormgegeven door middel van intervisie met elkaar, waarbij een casus van één van de deelnemers centraal staat (werk gerelateerd of privé). Samen verkennen, op een andere manier kijken (potentieelgericht), op een verkennende, aansluitende manier vragen stellen. Waarbij 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. De intentie is om per bijeenkomst twee rondes van intervisie te doen.

In deze online intervisiebijeenkomsten heb ik tevens de rol van supervisor en interveniër waar nodig op proces, de type vragen die gesteld worden, de houding en intentie van waaruit deelgenomen wordt en het bewust worden van de verschillende effecten daarvan op de inbrenger van de casus.

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.

Om je een idee te geven van de onderwerpen die binnen de eerdergenoemde thema's aan bod kunnen komen, geef ik je graag de volgende opsomming:

- Accepteren en meebewegen met wat is in plaats van je ertegen te verzetten
- Je zelfbewustzijn in het moment versterken waardoor je gerichtere keuzes maakt en effectiever bent
- Potentieelgericht waarnemen in alles wat je doet
- Het uitlijnen van je drie intelligenties door middel van een onderlinge dialoog waardoor krachtige actie voorwaarts mogelijk en moeitelozer wordt
- Bewust verantwoordelijkheid nemen voor je eigen presentie, houding en rol in willekeurig welke situatie
- Heldere keuzes maken in je werk en je leven door het verkennen van de energie in de ruimte
- Verkennen van het potentieel van een (werk)project en je aanpak potentieelgericht laten ontstaan
- ...

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 'accountability-partnerschap'. Dit houdt in dat je een accountability-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 reflecteert op het effect. Dit draagt er toe bij dat je op een (bijna) dagelijkse basis het gedachtegoed stevig verankert in je dagelijkse leven.

Op vrijwillige basis kun je meedoen aan een coachcirkel.

Is er gedurende het programma een oefening of tool waar je mee aan de slag wil 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 februari 2022 en eind 2022. De locatie voor de 'live' bijeenkomsten is Conferentiecentrum Kapellerput in Heeze (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 voorgestelde schema ziet er als volgt uit:

Vrijdag 25 februari 2022	Live (hele dag), let op: schoolvakantieweek Noord
Vrijdag 25 maart 2022	Online (halve dag, ochtend)
Vrijdag 6 mei 2022	Online (halve dag, ochtend)
Vrijdag 16 juni 2022	Live (hele dag)
Ntb	Online (halve dag, ochtend)
Ntb	Online (halve dag, ochtend)
Ntb	Live (hele dag)

Investering

De investering voor dit traject is € 1.500,-, excl. BTW en excl. accommodatiekosten.

De accommodatiekosten voor de fysieke bijeenkomsten in Kapellerput in Heeze worden één op één doorberekend. Het tarief in 2022 is € 72,50 ex BTW per persoon per dag. De facturen voor de arrangementskosten van Kapellerput worden direct zelf ter plaatse individueel afgerekend.

De totale investeringskosten komen daarmee uit op: € 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.