



*Je kunt niet
voorkomen dat vogels van
verdriet komen overvliegen
Je kunt wel voorkomen dat
ze nesten in je haar maken
(oud chinees spreekwoord)*

Van Bedreiging naar Kans

Wie ben ik zonder deze functie/baan

Waarom

Je was verzekerd van een (vaste) baan, van inkomen. Je had een vertrouwde basis om levensplannen te maken. Het is lange tijd een vanzelfsprekendheid geweest, je werk als stabiele basis met dito inkomen.

Die vanzelfsprekendheid is er niet meer. Reorganisatie, bezuiniging of faillissement, welke reden dan ook, heeft onzekerheid gebracht. Je functie of baan gaat verdwijnen of is misschien al verdwenen, dit betekent verlies van iets waar je aan gehecht bent.

Dit verlies nemen is geen gemakkelijk proces. Het roept emoties op als: onzekerheid, boosheid, angst, verdriet. Mogelijk komen vragen boven: wie ben ik nog? Wat kan ik nog?

Hoe nu verder? Mogelijk kun je een verandering moeilijk aanvaarden, wil je emoties vermijden en ga je met veel energie de strijd aan.

Met deze workshop krijg je inzicht in - en ervaar je hoe het proces van verlies nemen voor jou persoonlijk verloopt en wat het voor jou betekent. Vanuit dit inzicht en de ervaring ga je nieuwe perspectieven zien en betekenis geven aan een, voor jou, nieuwe fase in het leven.

Voor wie

De workshop is bedoeld voor mensen die verlies ervaren rondom werk en hier beter mee willen leren omgaan.

Na afloop

Je bent als deelnemer na de workshop in staat om:

- De 'verliesfasen' te herkennen
- Het verlies te erkennen en toe te laten
- Nieuw perspectief te zien

Werkwijze

Om de stap van bedreiging naar kans te kunnen maken, bieden we een uniek programma waarin we ervaringsgericht werken. We maken daarbij o.a. gebruik van NLP (neuro linguïstisch programmeren), TA (transactionele analyse) en systemisch werken.

De ervaringsoefeningen combineren we met korte theoretische toelichting.

Er is veel ruimte om te leren vanuit je eigen situatie en van de situatie van anderen.

Van jou als deelnemer verwachten wij dat je bereid bent om je persoonlijke ervaring / situatie in te brengen.

Groep

Minimaal 8 deelnemers

Data

De workshop wordt aangeboden in twee (niet aaneengesloten) dagen.

Data afhankelijk van aanvraag of aanbod vast te stellen.

Kosten

De kosten bedragen € 350,00 voor particulieren en € 500,00 excl. BTW voor bedrijven

Koffie, thee en lunch inbegrepen.

Begeleiders

Gerda van Adrichem en Ali Hendrix.

Beide zijn ervaren begeleiders / trainers.

Inlichtingen en aanmelden

Voor meer informatie en aanmelding kun je telefonisch contact opnemen met

Gerda van Adrichem: (06-36094219) of Ali Hendrix (06-23465753)

Je kunt ook digitaal informatie opvragen en aanmelden via: info@bewegenopeigenkracht.nl

(www.bewegenopeigenkracht.nl)