

Counselling en Coaching m.b.v. Beeldende Middelen. Niveau 2 ACC

Deze training is bedoeld voor :

- *professionele begeleiders bij veranderingsprocessen
- *professionals die affiniteit hebben met het werken met beeldende middelen die zich deze benadering eigen willen gaan maken en die het werken met hun cliënten willen toepassen.
- * professionals die deze jaartraining willen gebruiken als een ontdekkingsreis en een impuls op het gebied van eigen persoonlijke ontwikkeling

Zowel in theorie als praktijk wordt er in deze intensieve jaartraining gewerkt met een variatie aan beeldende middelen zoals schilderen, tekenen, collages, fotografie, boetseren, schrijven, landschapswerk en nog enkele andere beeldende vormen.

homo ludens *“Een mens is pas werkelijk mens als hij speelt.....”*

Waarom de” beeldende benadering” bij counseling en coaching?

De cliënt wordt een context aangeboden waarin deze “spelend” kan ontdekken, grenzen kan verleggen en ruimte kan ervaren om te kunnen experimenteren. Deze werkvorm biedt de cliënt de gelegenheid om onbevangen nieuwe ervaringen op te doen. De beeldende benadering schept voorwaarden om mentale, zichzelf repeterende processen te omzeilen en om deze los te kunnen laten.

Als aanvulling, of als alternatief voor de gespreksvorm die doorgaans gehanteerd wordt bij begeleiding van cliënten in een veranderingsproces is de beeldende benadering een krachtig middel. Het werkstuk is enerzijds een herkenbare en kenmerkende uitdrukking van de cliënt. Anderzijds worden er indrukken vanuit het onderbewuste aangeboord die verrassend en vernieuwend kunnen zijn. De cliënt komt “in beweging” en kan nieuwe ervaringen opdoen. Deze specifieke aanpak is heel geschikt bij zingevingvraagstukken, rouwverwerking, stress, burnout en in het algemeen bij veranderingsprocessen.

Werken op twee sporen....

Tijdens deze jaartraining werkt u gelijktijdig op twee sporen.

1. De eigen persoonlijke groei met behulp van het werken met beeldende middelen.
 - U leert door zelf te ervaren en door te experimenteren met de verschillende werkvormen.
 - U krijgt zicht op uw persoonlijke thematiek en ontwikkelingsproces.
 - U krijgt een krachtige impuls in uw persoonlijke ontwikkeling, u wordt gestimuleerd om meer te gaan beschikken over eigen kracht, mogelijkheden en talenten.
 - Terugkerende thema's zijn: verlangen en vervulling; loslaten en afscheid; van oud naar nieuw gedrag; beschikken over eigen kracht, mogelijkheden en talenten; verbinding aangaan; zelfverwerkelijking; eigenheid; de spelende mens.
2. Het leren van vaardigheden, methoden en technieken bij het werken met beeldende middelen met een cliënt. U leert de goede voorwaarden te scheppen om beeldend te kunnen werken.
 - U leert op een coachende wijze het werkproces en het werkstuk van een cliënt te bespreken en “uit te werken”.

U leert een beeldend begeleidingsproces in te delen en te hanteren in de verschillende fasen.

De inleidende fase: het oproepen van het beeld, de emotie of het ontwikkelpunt.

Hierbij kan gebruik worden gemaakt van o.a. geleide fantasie, bezinning op thema, gebruik maken van muziek, ontspanningsoefeningen, beweging.

De vormgevende fase: de fase van het scheppen, het uitdrukken en gestalte geven. De cliënt kan het proces ingaan van het spelen en van het loslaten van het mentale en het verbale. Een groot voordeel van deze werkvorm is dat het “praten over” wordt omzeild.

De reflecterende fase:

* Nabespreken werkproces. Wat komt de cliënt tegen tijdens het proces van het creatief bezig zijn? Welke mogelijkheden, uitdagingen, aarzelingen, voorkeuren en drempels waren er?

* Bespreken- en uitwerken van het gemaakte werkstuk. Welke informatie bevat dit?

Een beeldend ‘product’ bevat een rijkdom aan informatie over de gemoedstoestand, de beleving en de perceptie van de maker ervan. Door de ervaringsgerichte benadering worden middels het werkstuk verlangens, uitdagingen, conflicten en nog niet geïntegreerde delen van de persoonlijkheid zichtbaar. Innerlijke processen worden zichtbaar, tastbaar. Er wordt gefocust op de beleving van de cliënt i.p.v. op de interpretatie van het werkstuk.

In deze jaartraining wordt gewerkt met, en uitvoerig aandacht besteed aan:

* De algemene gesprekstechnieken die gangbaar zijn bij coaching.

Zicht krijgen op veranderingsprocessen en hoe deze te begeleiden zijn (transitiemanagement).

We putten uit het werk van o.a.: E. Kübler-Ross, Marinus Knoope, Mihaly Csikszentmihalyi .

* Specifieke en bovenal ervaringsgerichte gesprekstechnieken en methoden, te gebruiken bij het uitwerken van een werkstuk bij de beeldende benadering. Dit zijn o.a. de voice dialogue; eenvoudige dramatechnieken; identificatie met aspecten van het werkstuk en gestaltwerk.

* Het scheppen van een veilige en stimulerende atmosfeer waarin de cliënt kan werken.

* Het leren voeling te houden met de stemming en de energie van de groep of van de cliënt, en hoe daarop in te spelen.

Naast het gedeelte dat door de trainers wordt ingevuld zal er ook tijd vrij worden gemaakt voor deelnemers om in de veilige context van deze groep te kunnen experimenteren met eigen werkvormen, om met de groep werkvormen uit te proberen waar de deelnemers zelf affiniteit mee hebben.

Programma.

De eerste drie dagen zijn door de trainers ingevuld.

Dag 1: *“Waar sta ik”*.

Werkvorm: Schilderen

Dag 2: Ochtend

“Verlangen en vervulling”.

Werkvorm: tekenen & schilderen.

Middag:

“bijleren en afleren”.

“mogelijkheden en beperkingen”.

“krachtbronnen en belemmeringen”.

Werkvorm: Collage & gemengde technieken.

Dag 3: Ochtend

Wat is jouw thematiek?

Werkvorm: schrijven.

Middag

Wat kun je loslaten?

Werkvorm: Boetseren.

Het vervolg van het programma zal bestaan uit:

- * 1 dagdeel marketing. Dit wordt op een inspirerende wijze gebracht door gastdocent Gabriëlle Esselbrugge.
- * Intervisie, waaronder de intervisiemethode "Het avontuur van de Held".
- * Door de deelnemers zelf te verzorgen workshops.
- * Door de trainers te verzorgen workshops "Omgaan met veranderingen" "Schatgraven". Werken in het landschap.

Op dag 1 wordt het gehele programma in overleg samengesteld.

Belangrijke inspiratiebronnen bij deze benadering van persoonlijke begeleiding zijn:

Psychosynthese (Assagioli, Ferrucci).

Carl Gustav Jung (de kracht en de creativiteit van het onderbewuste).

Fritz Perls (de gestaltbenadering, hier en nu & ervaringsgericht werken).

Carl Rogers (de cliëntgerichte benadering).

Mihaly Csikszentmihalyi (Creativiteit, over Flow, Schepping en Ontdekking).

Literatuurtips:

Lex Mulder: Speels Coachen. ISBN 9789058715319.

Mieke Bouma: De held In Je Eigen Verhaal. ISBN 9789047004585.

Christine de Vries: Innerlijk Pelgrimeren, schrijvend op weg naar je hart. ISBN 9789077408827.

M. Nijmatingh. Creatieve therapie, een handleiding.

M.T. Beam. Eindeloze Creativiteit.

H. Smeijsters. Handboek Creatieve Therapie.

Julia Cameron. The Artist's Way. Vind je eigen inspiratie. ISBN 9060384822

Galina Ashley. Zelfontplooiing door kunst.

C.G. Jung. De mens en zijn symbolen.

Mihaly Csikszentmihalyi. Creativiteit, Over flow, schepping en ontdekking.

Uit. Boom ISBN 9053523731

Marinus Knoope. De Creatiespiraal. Natuurlijke weg van wens naar werkelijkheid.

KIC Nijmegen. ISBN 90-804677-1-5

Eckhart Tolle. De kracht van het nu. Ankh-Hermes. ISBN 90-202-8230-1