

*Krijg jij energie van je werk?
Wordt je geraakt door en voel je je verbonden met je cliënten?
Zijn de contacten die jij hebt voedend voor jezelf en de ander?*

Natuurlijk kun je hier niet elke dag volmondig 'ja' op zeggen 😊. Maar je weet vast hoe fijn het is op de momenten dat dit wel zo is! Als je een wezenlijk contact ervaart met de cliënt dan kan het werken in de zorg ontzettend veel voldoening geven. Want mensen die in de zorg werken, voelen zich zeer betrokken bij het welzijn van anderen. Ze willen graag iets voor anderen betekenen en daar zetten ze zich elke dag opnieuw weer voor in.

Er is enorm veel kennis, kunde en toewijding rondom wat we allemaal voor de cliënt kunnen DOEN. Maar te midden van al die 'doenerigheid' wordt de werkdruk in de zorg hoger en hoger. We zouden bijna vergeten dat we zélf ons belangrijkste instrument zijn bij het leveren van de zorg.

'Hoe kan ik mijn cliënt nou laten ontspannen op dat waterbed als ik mezelf al zo druk en opgefokt voel?'

Tijdens deze tweedaagse training leer je daarom dat we twee benen hebben om op te lopen, het DOEN en het ZIJN. Op een leuke, praktische en inspirerende manier gaan we in op het ZIJN en hoe je als professional kunt leren 'werken met jezelf'.

Want juist door het geheel van onszelf te betrekken ontstaat écht contact met de ander. En vele onderzoeken tonen aan dat het zorgcontact een verregaande invloed heeft op het welbevinden van de cliënt. Je leert hoe je naast je handelen, ook je hartritme, je emoties, je denken én je verbeelding kunt inzetten bij het leveren van goede zorg.

Na afloop van deze twee dagen;

- **Ken je het onderscheid tussen DOEN en ZIJN**

Je leert wat het onderscheid is tussen DOEN en ZIJN en welke invloed je met beide hebt op het welbevinden van de cliënt.

- **Herinner je je wie jij bent als mens en professional**

Je wilde vast graag een kundige professional worden. Maar waarom voelde je je daartoe geroepen? Ten behoeve van welke droom wilde jij die kennis allemaal leren toepassen? Wie



ben jij in jouw vak en wat zijn jouw persoonlijke drijfveren. We maken daartoe gebruik van technieken uit de Psychosynthese, een beproefde benadering die helpt om naast ons rationele denken ook voelen, willen, verbeelding en intuïtie weer te betrekken in onze beleving.

- **Kun je (letterlijk!) werken met je hart**

Je leert hoe je je hart letterlijk en figuurlijk kunt betrekken bij de zorg. Je maakt daartoe kennis met Hartcoherentie Biofeedback. Een methode met een brede wetenschappelijke basis die ons direct op het scherm de samenhang laat zien tussen ons psychische en lichamelijke welzijn. Met eenvoudige oefeningen kan bovendien iedereen dat zelf direct leren beïnvloeden.

- **Heb je praktische handvatten**

Elke deelnemer ontvangt het boek 'Werken met jezelf' (Bianca Vugts) met volop praktische handvatten. Maar ook gedurende beide dagen zullen we uitgebreid stilstaan bij hoe je de opgedane kennis en inzichten kunt inzetten en borgen in de praktijk van alledag.

Wanneer: 18 en 25 januari 2019 (9:30-16u)

Prijs: 275 euro

Locatie: Goirle

Opgeven: Info@biancavugts.nl

Inbegrepen: Koffie en thee, lunch, en het boek 'werken met Jezelf'

Bianca Vugts

Psycholoog, auteur, psychosyntheticus i.o. en hartcoherentie-coach.

Vanuit haar praktijk geeft zij training en advies, o.a als consultant voor het Centrum voor Consultatie en Expertise.

<http://www.biancavugts.nl>
