

Essentie-Feedback

de kunst van het ontvangen

Voor iedereen die:

Meer gemak wil hebben met discomfort

Om wil gaan met presentatie angst

Geground wil blijven in gesprekken.

Zijn of haar eigenheid wil laten gelden.

De workshop is geschikt voor 6 tot 20 personen. De werkvorm is dat iedereen een aantal keren voor de groep zichzelf in stilte presenteert.

Er is een eendaagse variant en een tweedaagse. Daarin maak je met elkaar ook gebruik van de tussenliggende tijd. Dan wordt ook een eventuele eigen presentatie hieraan gekoppeld

Heb je de moed om de moeite te doen om het makkelijker te krijgen?

De begeleider is Walter Berghoef. Hij ontwikkelde binnen het kader van hartwerken een variëteit aan programma's voor individuen, teams en organisaties.



In de snelheid en complexiteit van het leven en werken is het een uitdaging om je eigenheid te ontdekken, te bewaken, te ontwikkelen en tot uiting te brengen. We hebben vaak alleen aandacht voordat we doen - de inhoud - en hoe we het doen - de vorm. Aandacht voor wie wij zijn in essentie is er maar weinig.

Deze workshop is de gelegenheid om:

- te kijken naar de essentie van een mens,
- te merken wat EIGEN, vanZELFsprekend en uitnodigend is aan ieder mens en dit te benoemen
- elkaar te helpen herinneren aan wie je bent.

Iedereen staat een aantal keren kort voor de groep. Je hoeft niets inhoudelijk te presenteren, alleen jezelf. Daarmee oefen je op een wellicht ongewone en toch natuurlijke manier met wat het is om aandacht te krijgen. Durf je het te ontvangen? Je oefent hiermee met wat het is om in contact te zijn en om te gaan met het oncomfortabele dat altijd optreedt.

De luisteraars oefenen met het ondersteunend luisteren en geven daar vanuit essentie-feedback. Geen positieve (of negatieve) feedback, wel de waarheid: waar zeg je JA tegen bij deze persoon?

Dit helpt jouw te herinneren aan wie je in essentie bent. Waar je dus niets voor hoeft te doen. Wat er uitnodigend aan je is. Wat communiceer jij zonder dat je iets zegt?

De workshop is een basis voor versterking en verdieping van het zelfvertrouwen. Je wordt zeker met het oncomfortabele.

De workshop biedt een nieuwe start voor het voeren van gesprekken, het geven van presentaties of lezingen, lesgeven of trainingen leiden.

www.hartwerkengroep.nl
info@hartwerkengroep.nl
0651444000


HartWerkenGroep