



## OPBOUW TRAININGEN

### 1. ONZE ROOTS (IK->WIJ)

- Kennismaking met elkaar
- Terugblik op Conferentie
- Doel van project, opbouw van training en opbouw hele proeftraject
- Vraaggestuurd project, vraaggestuurde opleiding; methode: inclusief, circulair en organisch
- In groepjes 'Levenslijn maken' inzake Zorg en Welzijn, 3 generaties terug
- Huiswerk voor volgende keer

### 2. EMPOWERMENT, GRENZEN EN WENSEN

- Terugblik op trainingsdag 1
- Empowerment theorie; 15 onderdelen, in groepjes voorbeelden bij elk onderdeel bedenken
- Van dramadriehoek (redder-slachtoffer-achtervolger) en van machtsdriehoek (almacht-onmacht, machtsstrijd) naar KRACHT. Zicht op het machtskruis (verticale en horizontale dimensie; naar samen kantelen en vooruit)
- Oefenen met grenzen en wensen
- Afronding en (huiswerk-)afspraken training 3

### 3. LEIDERSCHAP & WEDERKERIGHEID

- Terugblik op trainingsdag 2: 'Empowerment, grenzen en wensen';
- Energizer: de rol van de leider wordt overschat; first follower
- Leiderschapsstijlen intro + oefening
- Twee presentaties van sleutelfiguren over leiderschap (methode de reis van de held resp indisch perspectief)
- Drie presentaties over eerdere leerervaringen (Vertoeuwenspersoon, EigenKracht Coordinator, JARZO)
- 'Go-no go' en (huiswerk-)afspraken training 4

#### 4. KWALITEIT VAN DE VERBINDING

- Terugblik op Trainingsdag 3: En....: WAT VOOR LEIDER BEN JIJ?
- DELEN van DROMEN (of nachtmerries); en 1<sup>e</sup> praktijkvoorbereiding/beelden bij tafeltjessessies: hoe, waar en met wie
- KWALITEIT VAN DE VERBINDING EN VEERKRACHT: Stand van kennis over: 'informele zorg in NL'; Praktijk, Stretching Oefening: 'de vraag ophalen' en doorvragen
- Afronding en AFSPRAKEN voor training 5: nadenken over de politieke dimensie van Welzijn en Zorg anno 2014 en 'de sociale kaart', aan de hand van voorbeelden uit de 'eigen' omgeving

#### 5. DE POLITIEKE DIMENSIES VAN ZORG EN WELZIJN ('HET')

- Terugblik op/oogsten van Trainingsdag 4: Vragen ophalen en ... hoe zelfredzaam ben jij? Wat is de 12<sup>e</sup> taartpunt, de missing link, de kans, het 'gat'?
- Van 'Problemen uit je buurt/kansen' naar HET: politieke dimensies, sociale kaart, en dan? Waar zit de speelruimte?
  - Andre vertelt over Masterclass informele multicult. zorg
  - Annyk vertelt over workshop en buurtaanbod Partnerproject, buurtaanbod Eigen Kracht, Proeftuin Wijkzorg; wat mag je verwachten van...
- Oefenen in JIJ, je burens/lotgenoten en HET: We nemen plaats op de buurtmarkt op 24/6, Hoe & wat?
- Afronding en (huiswerk-)AFSPRAKEN voor training 6

#### 6. DE BLIK NAAR BUITEN (WIJ->IK->DE BUREN)

- Terugblik op / oogsten van Trainingsdag 5: Over de politieke dimensies van Zorg en Welzijn & zelfredzaamheidsmatrix; Lessen uit de de buurtmarkt 24/6
- Stilstaan bij Kracht & kwetsbaarheid; kramp & gekwetstheid: Darryl: hoe werkt posttraumatic slavery disorder door in HIER en NU?
- Van Leren (leerling zijn) naar Communiceren (gezel worden): "Ik ga op reis (naar mijn burens) en ik neem mee": mezelf, mijn roots, mijn toolbox
- Van Leren naar Communiceren II
- Oefenen met: ik ga in gesprek, hoe overbrug ik de kloof? En wat is mijn vraag aan hun?
- Afronding met certificaat en AFSPRAKEN voor vervolg (tafeltjes, terugkomdagen etc)

Amsterdam, 27 juni 2014

Dr. Anne Stijkel, projectleider