



Caroline Dekker
coaching en advies

Workshop 'Dokter & Op verhaal komen'

Waar denk je dat jouw leven over gaat?

Wat is de rode draad in jouw leven als dokter en als mens. Welke thema's kenmerken jouw levensloop en loopbaan. Ben je de persoon en de professional geworden die je wilt zijn?

Schrijf je eigen levensverhaal!

Aan de slag met het onderzoeken en schrijven van je eigen levensverhaal. Je eigen biografie als inspiratiebron.

2 Daagse workshop

In deze workshop onderzoek en beschrijf je je eigen biografie langs vier dimensies: de fysieke, sociale, psychische en spirituele dimensie van je levensloop en loopbaan.

Je ontdekt jouw perspectief op je levensverhaal tot nu toe, welk verhaal je jezelf vertelt. En je exploreert welke andere perspectieven op dat levensverhaal (ook) mogelijk zijn. Dit kan zeer behulpzaam bij de zoektocht naar de rode draad in je persoonlijke- en werklevens en je zicht op nieuwe (loopbaan) perspectieven. Welke nieuwe verhalen sluimeren er onder de oppervlakte?

Workshop

2 aaneengesloten dagen. Groep van 4 tot 8 deelnemers. Open inschrijving.

Op maat

Vaste groep professionals eigen praktijk; intervisie of gelegenheidsgroep van collega's, peers.

Individueel traject

Enkele coachgesprekken met tussendoor opdrachten



Caroline Dekker
coaching en advies

Gun jij jezelf zo'n intermezzo?

Tijd en ruimte vrijmaken om op een mooie locatie op creatieve en speelse wijze te ontdekken wat het verhaal is van jouw leven.

Wat het je kan opleveren

Het plezier van het (her) ontdekken van dierbare herinneringen. Het opschrijven en evt. nalaten van je persoonlijke verhalen. Jezelf beter leren kennen en je meer bewust worden wie je bent, waar je vandaan komt, waar je nu staat en waar je naartoe wilt. Afscheid nemen van oude vertrouwde verhalen die niet meer werken. Schrijven van nieuwe verhalen waarmee je verder kunt en die je perspectief bieden. Met 'op verhaal komen' leer je nieuwe kansen en mogelijkheden te zien die je werk- en persoonlijk leven verder kunnen verrijken.

Praktisch

Open inschrijving of in company. In een kleine groep met gelijkgestemde dokters. Minimaal 4 maximaal 8 personen. Op maat in de eigen praktijk, intervisie- en/of vaste leergroep, of een voor de workshop samengestelde gelegenheidsgroep van collega's/ peers.

Totale tijdsinvestering is 2 dagen aansluitend

Tijd: 9.30 uur – 16.30 uur.

Je persoonlijke verhaal staat centraal. Door uitwisseling in een groep met gelijkgestemden ontstaat de mogelijkheid om meer perspectieven te ontwikkelen op elkaars verhaal.

Prettige afwisseling van werkvormen, oefeningen en opdrachten

Aantrekkelijke locatie in de buurt, weinig reistijd, goede lunch. Overnachting optioneel.

Nog niet geaccrediteerd



Wil je na deze workshop evt. een verdere verdieping dan is aansluitend een individueel coachgesprek altijd ook een optie.

Werkwijze

- In deze workshop ga je je eigen levensverhaal schrijven. Aan de hand van herinneringen en anekdotes. Hierbij onderzoek en beschrijf je je eigen biografie langs vier dimensies: de fysieke, sociale, psychische en spirituele dimensie van je levensloop en loopbaan. Je krijgt hiervoor gerichte vragen en opdrachten.
- We gaan oefenen in het zo beeldend mogelijk (filmisch) en zonder interpretatie beschrijven van onze herinneringen. Dit geeft je de mogelijkheid om op nieuwe manieren naar je herinneringen te kijken. Je kunt je leven niet overdoen maar er wel op een andere manier naar kijken en er evt. nieuwe betekenis(sen) aan geven.
- Verder is het toepassen van metaforen en symbolen in (levens)verhalen belangrijk; ze versterken het contact met onze creativiteit en onze intuïtie. We kunnen hierbij putten uit een onmetelijke bron aan verhalen, mythen, sprookjes, legendes, films, boeken, literatuur, poëzie, beeldende kunst, fotografie, muziek.
- Diverse technieken en werkvormen worden gebruikt vanuit o.a. storytelling, (familie)opstellingen, biografisch werken, voice dialogue, korte meditaties.



Caroline Dekker
coaching en advies

lets voor jou?

Geïnteresseerd, wil je meer informatie, neem gerust contact met mij op.

T 0641536881

M info@carolinedekkercoaching.nl

W www.carolinedekkercoaching.nl