

Training Improvisatietechnieken en Veranderingsprocessen

Improviseren betekent primair en spontaan reageren op een situatie. Het is handelen in het hier-en-nu, vanuit een volledig contact met jezelf en de omgeving. Bij werkelijk improviseren neem je een gebeurtenis dus zoals die komt, zonder vooruit te denken en zonder je over te geven aan angsten of weerstand. Dat vraagt om een positieve en ondersteunende basishouding, zowel tegenover anderen als tegenover jezelf.

Het werken met improvisatietechnieken leert mensen gemakkelijker om te gaan met onverwachte situaties ofwel met veranderingen. Daarbij werken improvisatietechnieken ook om het optimale uit de samenwerking te kunnen halen. In deze training worden namelijk vaardigheden aangesproken als het positief kunnen reageren op inbreng van anderen en het creatief omgaan met onvoorziene wendingen. Het inzetten van deze vaardigheden vermindert onder meer de angst om fouten te maken. Daarnaast biedt deze training de mogelijkheid op een speelse en actieve manier interne blokkades te onderzoeken wanneer het om veranderen en samenwerken gaat. Dat onderzoek is helpend bij het weglaten van oordelen over zichzelf en anderen. (zie www.trainerszwembad.nl voor ervaringen van deelnemers).

Doelgroep

Voor opleiders, trainers en coaches die theaterwerkvormen wil leren kennen en die geïnteresseerd zijn in de toepassing hiervan binnen trainingen en veranderingsprocessen.

Doelen

- Kennis maken met diverse praktisch toepasbare theaterwerkvormen
- Inzicht krijgen in eigen reactiepatronen en persoonlijke blokkades wanneer het gaat om samenwerken
- Kennis opdoen over de verschillende fasen en vormen van weerstand die veranderingen op kunnen roepen
- Stapsgewijs leren improviseren, expressief en spontaan gedrag vertonen om flexibel om te leren gaan met veranderingen
- De achterliggende ideeën over menselijk handelen bespreken en koppelen aan de eigen werksituatie
- Een relatie leggen tussen de inzet van theatertechnieken en het begeleiden en sturen van veranderingsprocessen

Werkwijze

De training bestaat uit twee dagen met een tussenliggende periode van een aantal weken. Daarnaast is er de mogelijkheid om aan een extra vervolg dag deel te nemen.

Dag 1:

Op deze dag ligt het accent op het middels improvisatietechnieken inzicht krijgen in de eigen reactiepatronen op veranderingen. Daarbij zal tevens inzichtelijk worden hoe anderen verandering ervaren en daarop reageren. Wat belemmert je, welke overtuigingen spelen hier een rol? Hoe ervaren mededeelnemers verandering? We werken met ervaringsgerichte oefeningen: volop actie en reflectie, met oog voor de persoonlijke processen en het concreet vertalen van de opgedane kennis naar wat veranderen met jou doet. Dit wordt ondersteund door een theoretisch kader.

Dag 2:

Op deze dag zal het accent liggen op jouw rol als begeleider van anderen in veranderingsprocessen. Hoe mobiliseer jij mensen als er weerstanden optreden en op welke manier kun je gebruik maken van de aangereikte theatertechnieken? Wat zijn de do's en wat de don'ts?

Dag 3:

Na deze twee dagen is er een derde dag ingepland. Het doel van deze dag is om eigen praktijksituaties centraal te stellen. Met inbreng van eigen cases en ervaringen wordt zodoende gewerkt aan een verdere verdieping in veranderingsprocessen en in het zelf kunnen toepassen van theatertechnieken in de praktijk. Iedereen die dat wil kan zich aanmelden voor de derde dag, aan het einde van dag twee. Er zijn voor deze dag maximaal 18 plaatsen. U kunt zich ook meteen al aanmelden voor dag drie.

Trainers

Yolanda van Gemert, Zinder, training & coaching

Inspirerend, betrokken en scherp invoelend. Heeft ruime ervaring als dramadocente, actrice en regisseur. Zet deze ervaring in als trainer en coach bij (multiculturele) verandertrajecten op individueel-, team- en organisatieniveau. Gaat ervan uit dat ervaringsgericht werken en spelen belangrijk bijdraagt aan het verkrijgen van inzicht in eigen gedrag en aan het verruimen van het zelfbewustzijn. Heeft als passie het beste in mensen naar boven te halen. Kan, met dit als uitgangspunt, krachtige interventies doen die bijblijven.

Ine Bimbergen, individuele begeleiding | training

Bevlogen, genuanceerd en alert. Draagt al jarenlang bij aan de ontwikkeling van mensen, teams en organisaties. Als trainer, als begeleider van persoonlijke (veranderings)processen en als coach van onder andere trainers en managers. Houdt van respectvol confronteren.. Kan op tijd vertragen en vanuit het moment praktische vertaalslagen maken naar hoe-nu-verder. Is daarbij positief gericht op het inzetten van kwaliteiten en het gebruikmaken van eigen kracht.