

KORTHAGEN
Opleidingen

DE REIS VAN DE HELD (niveau 3)

Een vijfdaags traject onder begeleiding van Fred Korthagen en Ellen Nuyten

I want to live while I'm alive
Bon Jovi

Dit traject is een vervolg op de cursus Zijnsgericht Coachen en bestaat uit vijf dagen in een groep van maximaal 18 deelnemers. Het focus ligt op - in verbinding met de wereld om je heen - (nog meer) worden wie je bent, door te leven vanuit jouw persoonlijke missie en het leren hanteren van fundamentele obstakels en demonen op je weg, en op het ondersteunen van anderen bij dit individuatieproces.

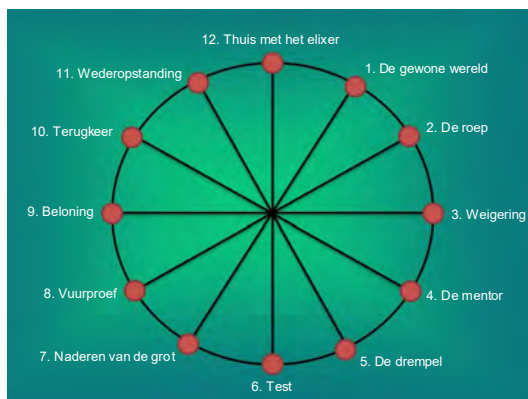


Het thema

Ieder mens komt in zijn leven het spanningsveld tegen tussen aanpassing aan de omgeving en het autonoom vormgeven aan wie hij of zij is. In dat spanningsveld raak je soms de weg kwijt, wat zich kan uiten in een gevoel van doelloosheid, machteloosheid, depressie, of simpelweg een gevoel van niet vervuld zijn. Hoe vind je op je levensweg, vanuit verbondenheid en autonomie, de koers die echt bij jou past en hoe ga je om met tegenwerking en met je innerlijke demonen?

Kun je je helemaal openen voor jouw innerlijke waarheid? Herken je de tekenen die je de weg wijzen? Durf je je te begeven in het 'bibbergebied' waarin je werkelijk de reis aanvaardt zoals die zich aandient, je eventueel het oude vertrouwde loslaat, en nieuwe gebieden betreedt terwijl je die nog nauwelijks overziet? Durf je het gevecht aan met de obstakels op je weg, die jou testen: wil je werkelijk doorzetten? Gá je echt voor jouw reis, de reis die niemand anders kan maken? Durf je te vertrouwen op wat er in jou leeft, durf je gehoor te geven aan de roep van jouw kern? En uiteindelijk: wil je en kun je anderen begeleiden bij die reis?

Joseph Campbell noemde dit "De Reis van de Held" en zag die als het universele menselijke verhaal, met daarin bepaalde archetypische fases en verschijnselen. De mythologische Reis van de Held vinden we terug in vele verhalen uit alle tijden, zoals de Odyssee en het boek "De Alchemist" van Paulo Coelho. Steeds weer keren thema's terug als het volgen van de lokroep, het stappen over de grens van het vertrouwde, het gevecht met draken en demonen, het krijgen van onverwachte hulp, maar ook het herhaaldelijk 'getest' worden. En uiteindelijk de terugkeer naar huis, ogenschijnlijk terug bij af, maar in het bezit van het levenselixer, getransformeerd, op zo'n wijze dat ook anderen daar profijt van kunnen hebben.



Centraal in de reis staan de drie B's:

1. **Being**: weten wie je Bent en zijn wie je bent, met gebruikmaking van jouw unieke kwaliteiten;
2. **Becoming**: je jouw toekomst herinneren en de Beweging van binnenuit volgen;
3. **Barriers**: omgaan met externe en interne psychologische krachten die een Belemmering lijken te vormen voor jouw weg.

We voegen daar in dit traject nog een vierde B aan toe, namelijk die van de Bestemming: hoe kun je (nog meer) thuiskomen in jezelf en vorm geven aan jouw missie?

Doel en opbrengsten

Deelname aan deze cursus vergroot de effectiviteit van de deelnemers in hun dagelijks functioneren, zowel in werk als privé. Het gaat daarbij om integratie van autonomie, verbondenheid en competentie. De cursus biedt een 'landkaart', met inzichten over de verschillende stadia in de reis van de held en een verscheidenheid aan praktische aanpakken die helpen om je af te stemmen op de roep van de kern en belemmeringen te overwinnen. Deze kun je ook gebruiken om anderen te ondersteunen op hun reis.

Inhouden/competentiegebieden

1. Theorie en oefeningen over ontwikkelingsstadia en stagnaties bij individuen en groepen:

- Het kennen en kunnen hanteren van fundamentele wetten van individuele en groepsontwikkeling.
- Vanuit expliciete didactische vaardigheden en het vervullen van een voorbeeldfunctie anderen kunnen ondersteunen bij het verbinden van de kern met de lagen van de ui, gericht op daadkrachtig en effectief handelen.
- Anderen kunnen inspireren in het ontwikkelen van nieuwe visies en ontwikkelingsmogelijkheden.

2. Specifieke kracht- en zijnsgerichte interventies hanteren in de diverse ontwikkelingsstadia en bij stagnaties:

- Professioneel kunnen hanteren van en diepgaand kunnen werken met persoonlijke idealen en belemmeringen als aspecten van een individuatieproces.
- Kunnen herkennen en hanteren van egotoestanden en levensscripts, en leiding kunnen nemen over het eigen leven.
- In staat zijn los te komen van gefixeerde denk- en handelingspatronen en dit ook bij anderen kunnen bevorderen, zodat nieuwe en creatieve ontwikkelingswegen worden geopend.
- Kunnen herkennen van en werken met parallelle processen.
- Professioneel omgaan met zelfregulatie en evenwicht.

3. Begeleiden van transformaties:

- Kunnen herkennen van en werken met spirituele en levensvragen.
- Kunnen herkennen van en werken met universele kwaliteiten.
- Het cognitief, emotioneel en lichamelijk kunnen verankeren van de ervaring van creatieve ruimte.

4. De coach als held en inspirator:

- Bij alle genoemde competenties een 'heldenrol' kunnen vervullen, dat wil zeggen vanuit helderheid, compassie en moed in staat zijn tot effectief handelen op de rand van de comfortzone.

De doelgroep

Het traject is met name geschikt voor coaches die diepgaand met mensen willen werken, voor professionals die op zoek zijn naar hun eigen diepste kracht en deze bij anderen willen aanboren.

Toelatingseis

Vereist is dat deelnemers eerder de cursus Zijnsgericht Coachen (niveau 2) hebben afgerond en de behoefte voelen om nog meer vanuit hun kern te functioneren of het verlangen ervaren om hun innerlijk potentieel nog meer te kennen en te gebruiken.

Werkwijze

Het traject bestaat uit een tweedaagse, gevolgd door drie vrijdagen met in de tussenliggende periodes toepassing van het geleerde en intervisie. Er wordt op een diepgaande en contactvolle manier gewerkt, waarbij technieken uit verschillende coachingsbenaderingen en therapeutische stromingen worden gebruikt, zoals Gestalt, psychosynthese, systemisch werken en nonduale tradities. Er wordt gewerkt met demonstraties, begeleide en onbegeleide oefensessies, gewaarzijnsoefeningen (mindfulness), fysieke ingangen (bewegen, zachte aanraking), opstellingen in de ruimte en korte theorieblokken. Er is aandacht voor proceswerk op basis van persoonlijke thema's.

Cursusleiding

Prof. dr. Fred Korthagen (emeritus-hoogleraar onderwijskunde). Zijn specialisaties zijn opleiden, training en coaching. Hij heeft in verschillende sectoren van het onderwijs gewerkt en is een ervaren trainer en Gestalt-therapeut. Hij heeft tevens een achtergrond in psychosynthese, NLP, voice-dialogue en diverse spirituele stromingen. Daarnaast heeft hij veel onderzoek gedaan naar de persoonlijke professionele ontwikkeling van mensen. Hij kreeg internationale prijzen voor zijn werk.



Ellen Nuyten, Master of Human and Organizational Behavior. Zij werkt ruim 20 jaar als personal coach, supervisor en trainer. Ze heeft veel ervaring met kracht- en zijnsgericht coachen van individuen en teams en met het begeleiden van organisatieprocessen. Een grote inspiratiebron voor haar werk als coach en trainer vindt zij in haar therapeutische achtergrond van Gestalt, psychosynthese en systemisch werk (Hellinger, Nagy). Zij is door de NOBCO/EMCC gecertificeerd als Master Coach.



Studiebelasting

De totale studiebelasting (cursus plus opdrachten) is minimaal 8 dagen.

Afsluiting van de cursus

Aan de cursus is geen examen of diploma verbonden, maar de deelnemers ontvangen na afloop een certificaat van deelname, mits zij bij minstens 80% van de contacturen aanwezig waren en de opdrachten hebben uitgevoerd.

Plaats: een conferentiecentrum in het midden van het land.

Kosten: De cursusprijs bedraagt € 1495,- voor het hele traject, incl. koffie, thee, lunches en cursusmateriaal. Hierbij is geen overnachting inbegrepen.

Inschrijven en nadere informatie

Inschrijving via het inschrijfformulier dat te vinden is op www.korthagen.nl. Nadere informatie via www.korthagen.nl, e-mail: info@korthagen.nl of tel: 06-21910100.

N.B. Het aantal deelnemers is beperkt tot 18. Spoedige inschrijving wordt daarom aanbevolen. Inschrijving geschiedt op volgorde van ontvangst van het inschrijfformulier.