**Workshop 1**

**Coachen met Body & Mind Language**

Door Jos Dolstra

Lichaamsbewustzijn vormt de belangrijke eerste stap op weg naar reflectie en groei. De overlevingsstrategie, die we als kind ontwikkelen om veiligheid te genereren, zet zichzelf vast in ons karakter en tegelijk in het fysieke systeem. We gaan denken dat we de aanpassing “zijn” en gedragen ons op de wijze die toelaatbaar voelt, binnen een afgebakende comfort zone. De mens kan ervaren vast te lopen. Vanuit deze stagnatie, die we als informatie waarderen, onderzoeken we waar een nieuwe beweging, flexibiliteit mag ontstaan.

Bij BML praat je niet slechts over wat zou kunnen gebeuren maar ervaar je de nieuwe mogelijkheden in het hier en nu! Alhoewel BML de waarde van gebaar, suggestie, lichaamswerk hoog inschat wordt het verbale, de kracht van taal niet uitgesloten. De onderliggende diepere betekenis van taal, de metafoor, wordt juist direct gekoppeld aan interventies. Deze combinatie maakt de aanpak van BML sterk en uniek.

Draag makkelijke kleding en schoenen. (of dikke sokken)

*Jos Dolstra is jarenlang werkzaam geweest als dansdocent en choreografe. Zij studeerde danstherapie, NLP en intuïtieve ontwikkeling.*

*Jos schreef in 2009 het boek “BML de relatie tussen lichaamshouding en levenshouding”.*

*Jos is oprichtster van een erkende coachopleiding, waarbinnen coaches en therapeuten zich kunnen professionaliseren binnen de effectieve en dieperliggende methode van BML.*

*In 2014 gaf ze haar tweede boek uit “Coachen met Body & Mind Language”.*

**Workshop 2**

**Teamcoaching**

Door Eeke Scheweer

Er zijn nogal wat modellen, schema’s en theorieën die behulpzaam zijn bij het begeleiden of coachen van teams. Met enkele daarvan werken we ook in de workshop. Maar…. de kern van de workshop is de spanning tussen individuele en groepsidentiteit. Wat heb je als individu te winnen en wat te verliezen in een team? Ik vind het spannend om te werken met persoonlijk ervaringen van de deelnemers. In het tweede deel van de workshop passen we dan enkele modellen, schema’s en theorieën toe op een gemeenschappelijke samenwerkingsopdracht en/of casuïstiek van de deelnemers. Het is daarom belangrijk dat je van tevoren nadenkt over eigen casuïstiek, zodat je die tijdens de workshop kort en bondig kunt voorleggen.

*Eeke Scheweer is trainer/coach van teams en individuen.*

*Hij heeft zijn eigen adviesbureau Catroll.*

*Op* [*www.catroll.nl*](http://www.catroll.nl) *kun je over zijn gedachtegoed en projecten het een en ander lezen. Hij is auteur van de boeken: ‘Veelzijdig Coachen’, Scriptum, Schiedam, 2000 en ‘Lenig leiderschap, managen van* mooi *werk’, Business Bibliotheek, Amsterdam*

**Workshop 3**

**Anders kijken naar conflict en mediation**

Door Chris Bos

Chris Bos neemt u mee in de wereld van conflict en mediation. Heeft mediation de belofte ingelost die ze leek te hebben? Weliswaar wordt bij (echt)scheiding en bij ouderschap na scheiding steeds vaker mediation ingezet, maar tegelijkertijd neemt het aantal vechtscheidingen sterk toe. In arbeidsgeschillen treedt een mediator vaak op om een proces van afscheid nemen te begeleiden (exit-mediation), terwijl mediation toch oorspronkelijk tot doel had mensen weer met elkaar in verbinding te brengen zodat ze samen verder kunnen. En hoewel mediation de laatste vijftien jaar steeds bekender is geworden, komt maar een zeer beperkt aantal conflicten bij de mediator terecht. Verkeert mediation niet in crisis?

Het is tijd voor een andere kijk op conflict en op de rol van de professional/mediator die mensen wil helpen om uit de klauwen van het conflict te ontsnappen. Deze andere kijk op conflict behelst onder meer dat er achter het verhaal van de betrokkenen andere verhalen schuil gaan. Het verkennen van die andere verhalen biedt perspectief voor een ander contact, een andere verstandhouding en brengt de betrokkenen tot een verdiept inzicht in zichzelf en in elkaar. Chris Bos vertelt vanuit zijn eigen mediationpraktijk hoe een mediation eruit ziet die vanuit deze andere kijk wordt ingezet, en verkent hoe ook andere professionals die via hun werk met conflictsituaties in aanraking komen, hun handelingsrepertoire kunnen verrijken.

**

*Chris Bos is mediator en trainer bij het Expertisecentrum Conflictmanagement in Groningen. Zijn drive zit in het verbinden van mensen en het ontdekken van nieuwe wegen en benaderingen om daarin van betekenis te zijn. Voor meer informatie: www.expertisecentrum.org.*

