

Informatie

Workshop Leiden door verlies voor leidinggevenden en HR-adviseurs

Hartstikke leuk dat je interesse hebt in de workshop Leiden door verlies voor leidinggevenden en HR-adviseurs. In dit infoblad lichten we de inhoud van de workshop en onze aanpak nader toe.

Inhoud van de workshop

De Workshop Leiden door verlies is de kans om je te bekwamen in het voeren van het juiste gesprek met collega's wanneer je ze begeleidt bij een grote verandering in hun werkzame of privé leven. Dit kan gaan van een functie/organisatieverandering, arbeidsongeschikt worden tot verliezen van een dierbare.

Hoe kan je (langdurig) uitval bij ingrijpende gebeurtenissen in het leven van je medewerker of coachee voorkomen? Loop jij er ook wel tegen aan als leidinggevende, HR-adviseur of interne coach dat je medewerker in een proces van afscheid, verlies en/of rouw is beland? En jij het gevoel hebt dat je daar onvoldoende van afweet? Dat je je afvraagt op welke manier het afscheid, verlies of de rouw van invloed is op het functioneren van je collega of coachee. Wat je daarin van hem of haar kunt verwachten? En welke handvatten je kunt gebruiken in het begeleiden van je medewerker? In de workshop "Leiden door verlies" leer je hoe je hier mee om kan gaan. Om de bewustwording op het thema afscheid, rouw en verlies te verdiepen ga je ook met paarden aan de slag om te ontdekken hoe thema's als afscheid, verlies en rouw bij jou (door) werken.

Tijdens de workshop gaan we werken aan:

- De bewustwording van de impact van verlies op de werkvloer,
- Hoe je het welzijn van je collega kan bevorderen in proces van verwerken van verlies.
- Hoe je ervoor kan zorgen dat de kans op langdurig uitval wordt verkleind.

Een verlies dat plaats vindt in het persoonlijk leven of op de werkvloer, heeft vaak ook verliezen tot gevolg op andere terreinen van het leven. Door een bron van steun te zijn en ook naaste collega's te faciliteren hoe om te gaan met de rouwende collega, zorg je voor een bedding waarin de medewerker alle ruimte heeft om aan te geven wat hij of zij nodig heeft om te herstellen en weer aan het werk te gaan. Door ook oog te hebben voor verliezen, zoals verandering van werkplek of ontslag, arbeidsongeschiktheid geef je de medewerker steun bij het afscheid nemen en loslaten van wat was, waardoor de medewerker zich op een volgende werkplek of nieuwe rol kan gaan hechten zonder de onverwerkte ballast van zijn of haar vorige werk(plek).

Het gegeven dat hechtingsgedrag onlosmakelijk is verbonden met mensen, vraagt van jou als leidinggevende of coachee dat je een emotionele band aan kan gaan met je collega. Vanuit deze oprechte verbinding, zorg je er als leidinggevende of HRM-adviseur voor dat de ander zich verbonden en betrokken blijft voelen bij zijn werk(gever). Ook in de situatie waarin de ander zich heeft te verhouden tot een ingrijpend verlies of verandering.

Wat kan je aan eind van workshop?

- Je bent je bewust wat het effect is van je eigen verlies ervaringen op je rol als leidinggevende, HR-medewerker, coach etc.
- Je bent je bewust van de overdrachtsmechanismen die kunnen spelen op gebied van afscheid, rouw en verlies.
- Je hebt kennis van de verschillende rouwreacties en de mythes rondom rouw, de do's en don'ts bij het begeleiden.
- Je bent in staat op je eigen manier uitleg te geven over afscheid, rouw en verlies.
- Je hebt tools geleerd om in te zetten in de praktijk.

Programma van de workshop

Het programma van de dag is als volgt opgebouwd:

- Inloop koffie thee brownie
- Welkom en praktische info
- Voorstellen en verdiepende kennismaking tussen de paarden rond thema verlies
- Theorie afscheid, rouw en verlies, ook vanuit systemisch oogpunt en gespreks oefening
- Theorie rouwreactie en oefening eigen rouwreactie
- Theorie rouwmodellen algemeen
- Theorie Duale procesmodel plus oefening tussen de paarden
- Theorie verliescirkel plus oefening tussen de paarden
- Reflectie op de dag en Afsluiting

De trainers

Coby Ouwehand is als zelfstandige rouw- en verliesbegeleider bij Ouwehand rouwbegeleiding. Zij heeft ervaring opgedaan met verlies; als kind door het overlijden van haar zusje en later in de vorm van een echtscheiding. Zij is enthousiast en gedreven en werkt vanuit rust, oprechte nieuwsgierigheid en openheid. Voor Coby zijn het bieden van een veilige plek en luisteren zonder oordeel belangrijke voorwaarden in haar werk. Coby heeft een achtergrond in de jeugdhulpverlening, in het begeleiden van groepen en gezinnen, het geven van trainingen en faciliteren van collega's bij rouw en verlies.

Door eigen ervaring met de paarden ontdekte Coby hoe de fysieke nabijheid van een paard een verdiepend effect heeft op het verwerken van verlies. Het inzetten van al haar zintuigen voegde een extra dimensie toe aan de haar bekende concepten voor het werken aan rouw en verlies.

Rolinka van Markus is pionier en paardenmens die haar passie voor paarden, communicatieve vaardigheden, open en scherpe geest heeft samengebracht in ROScoaching. Leiderschap, bewustwording, plezier en verbinding zijn belangrijke waarden. In bedrijfsleven en bij de overheid ervaring opgedaan als trainer, consultant en in sturende of coördinerende rollen bij team- en organisatieveranderingen. Een gepassioneerde generalist met visie!

Waarom inzet van paarden bij deze workshop?

Contact met paarden zorgt bij de mensen voor verhoging van het gelukshormoon (Oxytocine). Het hormoon Oxytocine is de hulpbron voor meer rust en minder stress, sneller herstel en een groter gevoel van verbondenheid. Daarnaast hebben paarden door hun formaat (krachtige hartslag en diepe ademhaling) een co-regulerende werking op mensen. Dit maakt dat in contact met het paard ruimte bij jouw als deelnemer kan ontstaan om de onopgeloste Gestalts (gebeurtenissen) mentaal en emotioneel tevoorschijn te laten komen. Door projectie op het paard en de directe feedback van de paarden op jouw gedrag ontstaat sneller diepgang op je eigen vraagstukken.

Door verlies van twee van haar paarden collega's en maatjes is zij zich opnieuw bewust geworden van het effect van verlies en werkelijk afscheid nemen binnen een groep. De inspiratie voor de workshop is bij haar ontstaan door de wijze waarop paarden dit doen.

Praktische zaken:

Wanneer:

De workshop speciaal voor leidinggevend en HR-adviseurs organiseren we op de volgende dagen:

- Vrijdag 12 december 2025 van 10.00 tot 17.00 uur (inloop vanaf 9.30 uur)
- Vrijdag 6 maart 2026 van 10.00 tot 17.00 uur (inloop vanaf 9.30 uur)
- Vrijdag 3 juli 2026 van 10.00 tot 17.00 uur (inloop vanaf 9.30 uur)

Groepsgrootte:

Om voldoende diepgang in de workshop te kunnen brengen voor alle deelnemers hebben we kozen voor beperkte groepsgrootte. Aan de workshop kunnen maximaal 8 deelnemers deelnemen. Bij minimaal 4 deelnemers gaat de dag door.

Investering

De investering voor de gehele dag bedraagt €349,- exclusief 21% btw. Hierbij is inbegrepen:

- Onbeperkt, koffie, thee, water en sap,
- Brownie bij ontvangst,
- Biologische en ambachtelijke lunch inclusief soep,
- Versnaperingen zoals fruit, rauwkost, noten en chocolade,
- Lesmateriaal
- Inzet van de paarden

Locatie en bereikbaarheid

De workshop geven we op de landelijke en rustige locatie van ROScoaching midden in het groen op de Buntwal 8, 3864 MZ in Nijkerkerveen (nabij Amersfoort).

De locatie is goed met de auto en redelijk met openbaar vervoer bereikbaar. OV kan ook een kleine uitdaging zijn. De stations Nijkerk, Vathorst en Hoevelaken liggen op 15 minuten fietsen/rollen van de locatie. En er rijdt een buurtbus tot op 1 km afstand van de locatie. Je kan je natuurlijk ook op laten pikken door medestudent bij een station. Check voor jouw situatie de OV app.

Kom je met de auto dan is het of afslag Barneveld of Hoevelaken vanaf de **A1** of de afslag 8a Nijkerk-zuid/Vathorst vanaf de **A28**. Google maps leidt je vrijwel altijd tot op het erf van ROScoaching. Houd rekening met werkzaamheden op diverse snelwegen rond Utrecht! Check van A naar Beter voor mogelijke extra reistijd!

Parkeren kan gratis op het erf.

Lunch

In de lunchpauze staat een eenvoudige en voedzame lunch van lokale biologische producten (o.a. ambachtelijk zuurdesem brood) voor jullie klaar. De dag door zijn er gezonde versnaperingen zoals snoepgroenten, fruit, noten en natuurlijk ook chocola te nuttigen. Heb je speciale dieet wensen, neem dan zelf iets mee.

Kleding

Ga er van uit dat je grote delen van de dag buiten in de wei bent in weer wind en zonneschijn. Dus kleed je ook als zodanig. Denk aan stevige waterdichte schoenen (wandel-/bergschoenen of laarzen), waterdichte kleding, petten/zonnebrillen en zonnebrand. En laagjes kleding van wol of fleecce houden je warm bij koude.

De paarden

Bij ROScoaching zijn de volgende IJslandse paardencollega's aanwezig die jullie faciliteren tijdens de workshop:

- **Blettur** [blettur], 27 jaar, ruin, vos met blonde manen
- **Skridur** [skriedeur], 11 jaar, ruin, smokey zwart
- **Kylja** [kilja], 8 jaar, merrie, Schimmelbont (wit), halfzus Skella en kleindochter Kráka.
- **Skella** [sketla], 8 jaar, merrie, roodvos, dochter Eik en kleindochter Kráka.

Kráka [krawwka] de leider van de kudde is juli 2023 overleden. Sindsdien heeft Eik de leidende rol op zich genomen. Omdat Kráka de oma is van Skella en Kylja en mede directeur van ROScoaching was, vinden wij het belangrijk haar te benoemen.

Eik [eek] de rots in de branding voor de kudde en mensen is op 19 maart 2024 overleden. Eik was mijn eerst paard en de basis voor de start van ROScoaching. Tevens de moeder van Skella. Twee belangrijke redenen om ook haar toch te benoemen.

Opgeven of vragen?

Heb je nog vragen of wil je je opgeven? Stuur dan een bericht naar één van de trainers of stuur het aanmeldingsformulier ingevuld terug. Je ontvangt dan zsm de factuur.

Contactgegevens trainers:

Coby Ouwehand

Rolinka van Markus

M 06 39719093

M 06 291 293 57

E info@ouwehandrouwbegeleiding.nl

T 0342 434 008

E Rolinka@roscoaching.nl