



TRAINING

VRIJ VERBONDEN

Werken met perspectieven op hechting





VRIJ VERBONDEN

Leidinggevend, trainers, coaches; het zijn allemaal mensen die met mensen werken. Van professionals vraagt het constante nieuwsgierigheid naar hoe wij als mens in relatie functioneren.

Deze training richt zich op het begrijpen van en werken met waar het allemaal begint en nooit ophoudt: de hechting.

Verbinding is noodzaak

Dat we ons verbinden met anderen is een vaststaand gegeven in ons leven als mens. We kunnen niet opgroeien, ontwikkelen, groeien, liefhebben, voortplanten en voortbestaan zonder elkaar. Verbinding met anderen is noodzaak.

Hechtingsperiode

Het begint allemaal bij het begin van je leven na de geboorte: de periode van hechting. Deze vroegste periode als kind met je ouders/verzorgers vormt herinneringen in onze hersenen. Later in ons leven als we taal en bewustzijn ontwikkelen, gaan we deze herinneringen betekenis geven in het verhaal over onszelf.

Patronen

De patronen die al op deze vroege leeftijd ontstaan en te maken hebben met o.a. veiligheid en onveiligheid, afhankelijkheid en onafhankelijkheid, creëren imprints die ons blijvend beïnvloeden in relaties met anderen. Dit gaat verder dan de oorspronkelijke relaties met je ouders.

Blauwdruk voor alle relaties, ook leiderschap

Ook leiderschap is een relatie, tussen leiders en volgers. Er is veel onderzoek gedaan naar de verschillende hechtingstijlen en de consequenties voor leiderschap.

Focus van deze training: de blauwdruk en patronen van onze hechting

In de training 'Vrij verbonden', gaan we terug naar de basis van het verbinden door hechting. Daar waar de 'blauwdruk' van onze patronen van verbinden start en een fundamentele impact heeft op de rest van ons leven. In relaties met ouders, vrienden, geliefden maar ook collega's, leidinggevend en medewerkers.

Het onderwerp hechting belichten we uit verschillende perspectieven die uiteindelijk het brede verhaal over hechting laat zien. We kijken naar de **biologische kant**, omdat de hechtingsperiode een fundamentele impact heeft op hoe onze hersenen zich vormen, de blauwdruk vormt.



We onderzoeken het **somatische perspectief**, waarbij je fysiek kunt ervaren hoe je biografie in je zenuwstelsel ligt opgeslagen. De patronen van veiligheid en alertheid, van verlangen en angst, van schaamte en trots die je ontwikkeld hebt, geven vorm aan je verbinding met de ander.

En ten slotte het **psychologisch perspectief**, de manier waarop je (on)bewust hebt gereageerd vanuit je aller vroegste leven (en later) op de universele afhankelijkheid van de liefde en erkenning en hoe dit doorwerkt in al je relaties, van liefde tot leiderschap. De verhalen die we maken en wellicht wat kunnen herzien om beter inzicht te krijgen in onze betekenisgeving.

De drie perspectieven geven **inzicht in jouw patronen van verbinding** en geven daarmee **handvatten om jezelf beter te sturen** om dat wat je nastreeft ook te bereiken in relaties en ook anderen in staat te stellen zich 'vrij verbonden' te voelen.

De training in het kort

We bieden je theorie en praktijk vanuit **meerdere perspectieven**;

- **Het biologisch fundament**, de biologische basis van hechting.
- **Het fysieke (somatische) perspectief**: werken met de fysieke informatie
- **Het psychologische perspectief**: de consequenties voor het omgaan met relaties
- En uiteindelijk het **leiderschapspectief**: hoe hechting je leiderschap beïnvloedt

In de training kijk je zowel naar je persoonlijke 'blauwdruk' en patronen en de consequenties in je leven en je verlangens daarin, als naar het werken met alle perspectieven van hechting in je professionele leven als trainer/coach/professional of leider.

Je **leert concreet werken** met

- **Neuro-/somatische/psychologische** perspectieven op hechting
- De **Hechtingsstijlentest**
- Het **Hechtingskwadrant**
- De **'Wheel of life'**, levensfase-model
- **Oefeningen voor fysieke (zelf)regulatie**

Je start bij aanmelding met een **telefonische kennismaking/intake** met Carlo Pedrolì en voert na de training een **individueel coachingsgesprek** met Bianca Stokman of Caroline van Frankenhuyzen

Doelgroep: *leidinggevendenden, trainers, coaches, professionals, iedereen die met mensen werkt of traint.*



De docenten van de training Vrij Verbonden:



Wouter van den Berg:

Neemt het **biologische en neurologische perspectief op hechting** voor zijn rekening. Cum laude gepromoveerd econoom en hersenwetenschapper en de drijvende kracht achter het innovatieve assessment-platform BrainCompass. Inspirerende spreker over neurologie en leiderschap.



Bianca Stokman:

Is verantwoordelijk voor het **fysieke (somatische perspectief) op hechting**. Bianca is organisatiepsycholoog, geschoold zangeres en Somatic Experiencing Practitioner. Ze werkt als trainer en (team)coach, waarbij ze haar psychologische achtergrond combineert met haar kennis van lichaam, stem, neurobiologie en evolutieleer.



Caroline van Frankenhuyzen

Caroline is verantwoordelijk voor het **psychologische en leiderschapspectief op hechting**. Zij is psycholoog, zeer ervaren leiderschapscoach en programmamaker, begeleidt veranderprocessen en heeft bijzondere belangstelling voor verschillende wijsheidstradities.



Carlo Pedrolì

Carlo is bij deze training verantwoordelijk voor de coördinatie van het leer- en ontwikkeltraject en organisatie. Als executive (team)coach, mediator en Deep Democracy-facilitator begeleidt hij zowel organisaties, teams als individuen in hun ontwikkeling. Veel ervaring als leider en toezichthouder in onderwijsorganisaties.

Praktische informatie

Data: Twee mogelijkheden zijn er om op korte termijn aan deze bijzondere tweedaagse training deel te nemen:

- 1 Dinsdag 14 mei** 13.00 tot 20.30 uur inclusief licht diner
Woensdag 15 mei 9.00 uur tot 17.30 uur inclusief lunch en snack

- 2** (herhaling):
Donderdag 26 september 13.00 uur-20.30 uur inclusief een licht diner
Vrijdag 27 september 9.00 uur tot 17.30 uur inclusief lunch en snack

Kosten: €1599,- voor zelfstandigen, overige **€1799,-**

Inclusief: Al het eten, drinken, de fijne en centrale locatie van Karavanserai Amsterdam, de intake, individuele coaching-sessie nadien en het materiaal

Belangstelling?

Informatie en inschrijven voor deze training: carlo@karavanserai.amsterdam **06-28474389**