

Training: 'Mijn ervaringsverhaal' voor naastbetrokkenen van mensen met NAH.

Het Zorgnetwerk Midden-Brabant, Stichting NAHkracht Brabant en Renske Mol Training en ontwikkeling, verzorgen een training voor mensen die nauw betrokken zijn bij het leven van iemand met Niet-aangeboren Hersenletsel (NAH). In deze training leer je om je ervaringsverhaal als naastbetrokkene aan elkaar en anderen te vertellen en te presenteren. Een verhaal waaruit blijkt hoe het leven is veranderd maar ook hoe je weer opnieuw invulling, zin en betekenis aan het leven hebt gegeven.

"Toen mijn dochter hersenletsel kreeg veranderde mijn leven ook. Ik moest opnieuw beginnen, maar waar?"

De training 'mijn ervaringsverhaal' heeft mij daarbij geholpen. Samen met lotgenoten terugkijken op je leven. Herstelen van een grote gebeurtenis"

De training start in 2021 zodra de coronamaatregelen dit toelaten. Je krijgt dan bericht van ons met de data.

Aanleiding

Het krijgen van een hersenletsel heeft een grote impact op het leven van de betreffende persoon. Dit geldt evenzo voor direct betrokkenen. Ook voor hen is vaak sprake van een levens ontwrichtende gebeurtenis waarvan herstel nodig is.

In deze training staat het herstelverhaal van naastbetrokkenen van mensen met NAH centraal. Na deze training kun je je ervaringsverhaal vertellen of presenteren aan anderen.

Daarnaast is de training waardevol voor ieders persoonlijke proces. In de betekenis van herstel, verwerking en aanvaarding. Jij staat

nu zelf centraal in dit verhaal en niet zozeer je naaste met NAH. Het geeft rust om je eigen levensverhaal te kunnen overzien en tijd te nemen om daarover na te denken. Samen met lotgenoten en met deskundige begeleiding.

Met de kennis en kunde uit deze training kun je andere mensen en lotgenoten behulpzaam zijn in hun ontwikkeling en herstelproces. Daarnaast kun je na afloop van deze training voorlichting geven aan o.a. scholen, revalidatiecentra en welzijnsinstellingen. De training is door Renske Mol samen met ervaringsdeskundigen ontwikkeld.

Inhoud

Tijdens de training ga je je ervaringsverhaal schrijven en ook presenteren aan elkaar. Je werkt aan je eigen verhaal. In de ervaringen van deelnemers zullen overeenkomsten en verschillen zitten. Die bespreken we.

In de opbouw van de training is het volgende leidend:

- Wie was ik?
- Hoe kwam NAH in mijn leven?
- Hoe was de eerste periode na het ontstaan van NAH?
- Hoe heb ik mijn leven, al dan niet samen met de getroffene, weer vormgegeven?

Daarnaast leer je presentatievaardigheden zoals houding, oogcontact, omgaan met vragen uit het publiek en hoe je je kunt voorbereiden op je presentatie



Doelgroep

Deze training is bedoeld voor partners, ouders, kinderen, broers en zussen of goeie vrienden van iemand met hersenletsel. En die dit ervaren als een grote impact op hun leven.

Voor deelname aan de training geldt het volgende:

- **Je bent minimaal 6 van de 8 keer aanwezig.**
- Je kunt met enige afstand naar de eigen situatie kijken.
- Je kan feedback geven en ontvangen.
- Je bent bereid en gemotiveerd om thuis voorbereidingsopdrachten te maken.
- Je wilt voor of in een groep je verhaal vertellen en/of presenteren.

Voorafgaand aan de training is er met alle deelnemers een kennismakingsgesprek. Op basis van dit gesprek kijken we of deze training inderdaad bij je past.

Praktische informatie

De cursus omvat 8 werkbijeenkomsten én een feestelijke, afsluitende bijeenkomst. Elke bijeenkomst duurt 2,5 uur. Per bijeenkomst worden voorbereidende opdrachten met elkaar besproken. Je oefent met presentatievaardigheden en we geven elkaar feedback.

Hoewel de cursus herkenning en erkenning van de rol van naaste met zich meebrengt, benadrukken we dat het geen vorm van lotgenotencontact is. Het gaat nadrukkelijk om het trainen van (presentatie) vaardigheden voor mensen die ook voorlichting willen geven.

- Locatie: Zorgnetwerk Midden Brabant. Doctor Deelenlaan 9, 5042 AD
- Duur: 8 bijeenkomsten en feestelijke afsluiting.
- Tijdstip: 10.00 tot 12.30 uur op vrijdag. Definitieve data worden bepaald wanneer de maatregelen rondom Corona dit toelaten.
- Aantal deelnemers: minimaal 6 en maximaal 8.
- Trainers: Renske Mol en Harrie de Loos (familie-ervaringsdeskundige).
- Kosten: Van deelnemers wordt een eigen bedrag gevraagd van € 30,-. Dit zijn de kosten voor het werkboek en een bijdrage aan de koffie en thee.

Aanmelden

Als je interesse hebt in deze training dan kun je dat laten weten aan Ivon Groot, i.groot@zembr.nl
Zodra de data bekend zijn laat zij dat weten en wordt je uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek.

Meer informatie

Voor vragen of meer informatie kunt u contact opnemen met:

Renske Mol: 06 40942136; info@moltraining.nl

Harrie de Loos: 06 45107341; harriedeloos@gmail.com