

### Met deze maand:

- [Nieuwe cursus live!](#)
- [Wist jij...](#)
- [Uit de praktijk](#)
- [The one-eyed goat...](#)
- [Stoppen helpt](#)
- [Iedere maand een gratis inspiratie sessie!](#)
- [Waarover wil jij lezen in deze nieuwsbrief...?](#)

## Nieuwe cursus live!

### Effectief coachen doe je zelf!

Het heeft even geduurd, maar eindelijk is ie af. Voor iedereen die te maken heeft met coaching en begeleiding van anderen.

Leer nu in twee uur tijd op eenvoudige wijze effectief communiceren, coachen én begeleiden zonder flauwekul. Gebaseerd op de kern van Motivational Interviewing, ACT, Positieve Gezondheid, Oplossingsgericht Coachen, Persoonlijke Ontwikkeling gebaseerd op Stephen Covey, en nog veel meer... mét gratis Ebook.

Dure en tijdverslindende cursussen zijn leuk, maar zinloos als je de kern van effectief communiceren niet toepast.

Nieuwsgierig?  
Kijk op [de website](#) voor meer informatie én de trailer.

Deze training is bij uitstek geschikt voor duurzame implementatie trajecten op maat, waarbij de theoretische kennis op eenvoudige wijze online kan worden opgedaan én getoetst, om vervolgens in kleine groepen de benodigde vaardigheid live te trainen. Nieuwsgierig naar de mogelijkheden voor jouw organisatie? Neem gerust [contact op](#) om de mogelijkheden te verkennen.

(Accreditatie voor diverse opleidingen aangevraagd)



### Wist jij...

Dat SocialFactory tegenwoordig een Youtube kanaal heeft? Gemakkelijk te vinden via [deze link](#).

Waarom? Nou, simpelweg omdat er na afloop van trainingen altijd wel gevraagd wordt waar de gebruikte videofragmenten te vinden zijn. Dus waarom dan niet eenvoudig beschikbaar stellen voor iedereen? Wel zo makkelijk :-)

Nog lang niet compleet, maar iedere week is er wel nieuw materiaal beschikbaar. Je kan je gratis abonneren, dan krijg je vanzelf een melding als er een nieuwe video beschikbaar is. Heb je commentaar of vragen bij het materiaal? Laat het vooral weten, dat kan direct onder de video in de comments.

### Dat betekent...

Dat jij ook gebruik kan maken van dit materiaal om het thema zelfmanagement én eigen regie in jouw organisatie onder de aandacht te brengen.

Organiseer het zelf! Zet jezelf onderaan de [leerpiramide](#) door datgene wat je hebt geleerd zelf te gaan onderwijzen. Je traint daarmee je eigen vaardigheden én je brengt op ludieke wijze zelfmanagement en eigen regie onder de aandacht. Win win!

Bespreek bijvoorbeeld op de werkvloer het effect van "woordkeuze" zoals heel praktisch wordt uitgelegd in deze video over [comforttalk](#). Een prima inspiratie om zelf mee aan de slag te gaan.

Vind je dit lastig om te doen? [Ik denk graag met je mee...](#)

## Uit de praktijk

In deze vaste column vertelt iedere maand een professional vanuit eigen beleving over zelfmanagement en eigen regie. Deze maand: Marije Smal van [Balans Logopedie Ugchelen](#)

### Zelf doen...

Ik kan mij nog goed herinneren dat mijn zoon, nu inmiddels 10 jaar oud, als peuter aan tafel zat. Een boterham voor zich en een mes vol met pinda's. Knalrood van woede schreeuwde hij: "mama, ik zelluf doen!!".



Ik was zo gewend om alles te regelen voor hem met mijn kennis en ervaring, dat ik vergat dat hij zelf de regie wilde in bepaalde situaties. Deze drang naar autonomie en zelfregie werd al jong steeds sterker bij hem. Waar anderen hem dwars vonden leerde ik luisteren naar wat hij wilde en waarom. Werd voor mij duidelijk hoe ik hem hierin kon begeleiden binnen de veilige en duidelijke grenzen die passend waren voor hem. Helaas werden door de buitenwereld vooral veel 'moetjes' opgelegd zonder ook maar enige aansluiting te zoeken bij wat mijn zoon drijft en motiveert. Alsof het kind een soort vat was wat gevuld diende te worden met zaken 'die zo hoorden' of 'gewoon zo zijn'.

Toen kwam het moment dat hij vorig jaar uitviel met een 'autistische burn-out'. Ineens was hij alle regie kwijt. Moest alles besloten worden voor hem, omdat hij het niet meer kon. Zijn vuurtje was in alle opzichten gedoofd door te moeten doen 'zoals hoort'.

Dit heeft op mij als moeder, maar ook als therapeut, diep indruk gemaakt. Dat de gevolgen zo heftig zijn als je iemand zijn drive, zijn vuurtje, laat uitdoven als bepaalde overtuigingen opgelegd worden zonder enige reflectie daarop. Het heeft mij aan het denken gezet waarom we doen wat we doen. Wat zit daarachter? En toen kwam ACT met Matthijs Rumke op mijn pad. Dit gaf woorden, inzichten en een nieuwe kijk op gedrag en gedragsverandering.

Om weer een route voor mijn zoon te kunnen vormgeven zijn we weer gaan luisteren naar de drijfveren, perceptie en kwaliteiten van hem. En daardoor zijn er nu weer kansen gecreëerd. Zien we bovenal weer een vrolijk en gemotiveerd mannetje waarvan zijn vuurtje weer is gaan branden.

Door deze ervaring in mijn privéleven ben ik in mijn werk als therapeut in mijn logopediepraktijk bewuster geworden om mijn cliënten te begeleiden in plaats van leiden in hun eigen proces van gedragsverandering. En vind ik ook die mensen elke keer ontzettend dapper als zij een kijkje naar binnen durven nemen naar waarom ze doen wat ze doen. En of dat nog steeds is waar ze heen willen in hun herstel.



Marije Smal  
Balans Logopedie Ugchelen  
[www.balans-logopedie.nl](http://www.balans-logopedie.nl)

## The one-eyed goat...



In trainingen maak ik sinds kort ook graag gebruik van onderstaand videofragment; "the one-eyed goat". Een werkelijk briljante scene (althans dat vind ik ;-)) uit de Netflix serie The Black List. De acteur James Spader vertolkt op onnavolgbare wijze de rol van Raymond Reddington, die als niemand anders een verhaal zo kan opbouwen dat je niet anders kan dan een indrukwekkende perceptie creëren op basis van wat hij vertelt. De vraag is natuurlijk; waar gaat het naar toe? Kijk en huiver mee. Beoordeel zelf of je je hebt laten misleiden of niet...



## Stoppen helpt

Wie niet wil veranderen moet je niet willen veranderen ([dead horse theory](#)).

Zoals eerder besproken in deze nieuwsbrief weten we dat in coaching of begeleiding het géén zin heeft om iemand te vertellen wat hij of zij zou **moeten** doen volgens jou. Dus als iemand niet wil, stop er dan mee!

Nadat je iemand goed en volledig hebt geïnformeerd over de mogelijkheden én de gevolgen daarvan, ga niet lopen pushen of overtuigen. Dat werkt niet. Dat werkt eerder averechts. Maak inzichtelijk wat iemand kan doen en laat vervolgens vooral de deur open voor het moment dat hij of zij wél de urgentie voelt of ziet.



Er kunnen overigens ook hele goede redenen zijn waardoor verandering op een bepaald moment niet mogelijk is. Maak dan vooral inzichtelijk wat die redenen zijn en kijk of die bewerkbaar zijn. Is dat het geval, dan heb je een hele andere hulpvraag en begin je misschien wel weer van voren. Mits iemand daar voor openstaat.

Maar als je cliënt geen aanzet tot verandering kan laten zien, stop dan. Geef geen valse hoop die leidt tot alleen maar grotere frustratie. Tot de eventuele komen dat verandering op dit moment alleen zin heeft en/of niet mogelijk is, houdt eventuele positieve kansen open voor een later moment. Zonder enig effect maar doorprutten ondermijnt dit. Stoppen is dan een zeer effectieve interventie. Het maakt helder wat er zou moeten gebeuren en waar de verantwoordelijkheid ligt. De keuze voor het aangaan daarvan ligt bij de ander.

Vind jij het lastig om dit in de praktijk toe te passen? Dan is een concrete vaardigheidstraining bij SocialFactory wellicht een mooie aanvulling. Neem gerust [contact op](#) voor de mogelijkheden!

## Iedere maand een gratis inspiratie sessie!



Misschien herken je het wel. Een patiënt doet zijn oefeningen niet, past zijn leefstijl niet aan, of verwacht dat jij zijn problemen oplost. Met het boekje 'Herstellen doe je zelf' kun jij patiënten helpen zelf de regie te pakken over hun herstel. Maar hoe doe je dat dan? De praktijk wijst toch uit dat niet iedereen dat even gemakkelijk vindt.

Ben jij nieuwsgierig naar hoe je effectief kan werken met dit eenvoudige boekje schrijf je dan in voor een gratis online inspiratie sessie! In een kleine samenstelling van maximaal 6 deelnemers leer je in ca. 45 minuten op interactieve wijze de basis.

Deze inspiratie sessies worden maandelijks aangeboden, de volgende staat gepland op dinsdag 28 mei van 16.00 tot 17.00.

Zit de sessie vol? Bij inschrijving kom je dan vanzelf op de wachtlijst en word je automatisch uitgenodigd voor de volgende keer. Inschrijven doe je heel eenvoudig via [deze link](#) of kijk op [socialfactory.nl/training](http://socialfactory.nl/training).

Gegarandeerde doorgang, ook bij beperkte aanmelding.

## Waarover wil jij lezen in deze nieuwsbrief..?

Loopt jij tegen specifieke dingen aan als het gaat om zelfmanagement en eigen regie? Laat het vooral weten via het [contactformulier](#), dan bespreken we het zsm in een volgende nieuwsbrief!

Je hebt deze nieuwsbrief ontvangen n.a.v. de aanschaf van het boekje "herstellen doe je zelf" en/of interesse in SocialFactory of aanmelding.

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? Meld je dan af, helemaal onderaan dit bericht.

Heb jij deze nieuwsbrief ontvangen van iemand anders, maar ben je zelf nog niet ingeschreven bij SocialFactory? Meld je aan via onderstaande knop!

[inschrijven](#)



Website



LinkedIn

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [info@socialfactory.nl](mailto:info@socialfactory.nl) toe aan uw adresboek.

