

TRAINING ROUW ZORG

TUSSEN AFSTAND EN NABIJHEID



Rouwzorg

Onderdeel Landelijk Steunpunt Verlies

www.rouwzorg.nl - 06 2500 9735
www.steunbijverlies.nl - 033 4616886



RouwZorg



INLEIDING

In het leven zijn er vele momenten van verlies. Het omgaan met een verlies kan gepaard gaan met heftige emoties.

Rouw is het antwoord dat we (als individu, familie, cultuur, samenleving) geven op het verlies van een betekenisvolle relatie.

Het kan hierbij gaan om het overlijden van een dierbare, verlies van gezondheid, verlies van relatie (scheiding), verlies van werk, perspectief, verlies van vaderland en nog veel meer. We maken een onderscheid tussen levend en blijvend verlies.

Tijdens de training Rouwzorg laten we de deelnemers ervaren hoe je een betekenisvol verlies kunt begeleiden naar een herstelorientatie met nieuw perspectief.

EIGEN MANIER

Sommigen staan liever niet te veel stil bij de pijn, misschien ook uit angst dat het hen zal overspoelen. Anderen vinden het juist moeilijk om zich los te maken van de emoties die het verlies bij hen oproept. Ze willen er het liefste met anderen over praten.

Iedereen neemt verlies op zijn/haar eigen manier, en dat mag. Er is dan ook geen handleiding voor een rouwproces, geen norm voor het goed of fout doorlopen van het rouwtraject.

Wel kunnen Rouwzorgers helpen om inzicht te geven in de wijze waarop iemand reageert op verlies en hoe die omgaat met de impact ervan.

In de begeleiding van rouwenden is het 'present' zijn een basishouding. Dat vraagt om specifieke competenties en vaardigheden zoals empathie, spiegelen, exploreren, reflecteren, bevragen, erkennen, normaliseren, valideren, honoreren en legitimeren.

DE WEG NAAR HERSTEL

Rouw ontstaat als natuurlijke reactie op verlies, zeker wanneer sociale steun ontbreekt of het toelaten van emoties niet is meegegeven in de opvoeding. Rouw is niet altijd zichtbaar voor de buitenwereld, maar kan zich stil nestelen in het dagelijks leven, waardoor mensen zich afgesloten voelen van hun omgeving én van zichzelf.

Organisatie Rouwzorg gelooft dat rouw, wanneer die echt wordt erkend en doorleefd, de weg vrijmaakt naar herstel en nieuw perspectief. In plaats van te vermijden, nodigen wij uit om stil te staan bij verlies en het gesprek aan te gaan over verdriet. Zo ontstaat ruimte: niet alleen in fysieke zin, maar als innerlijke kracht en verbondenheid.





WERKVORMEN

Tijdens de training Rouwzorg komen verschillende werkvormen, in combinatie met lichaamswerk, aan bod om de rouwzorger bekwaam te maken in het begeleiden van de cliënt van verlies naar herstel.

Werkvormen:

- Troostgesprek
- Bemoedigingsgesprek
- De levenslijn
- Het rouwlandschap
- Land in wording
- Het kompas

REFLECTIE

Ook is het belangrijk dat een rouwzorger kennis heeft van verschillende aspecten van verlies en rouw. Tenslotte dient een Rouwzorger over vaardigheden te beschikken om op maat steun en hulp te bieden aan rouwenden.

De training biedt een compleet programma waarmee Rouwzorgers (coaches, HR managers, praktijkondersteuners, vrijwilligers en beroepskrachten uit de sectoren welzijn, gezondheidszorg, pastoraal werk, onderwijs, uitvaartbegeleiding, justitie en politie e.a.), die soms dagelijks geconfronteerd worden met rouwenden, hun kennis en vaardigheden kunnen vergroten om rouwenden die steun te bieden die ze nodig hebben.



STEUN BIJ VERLIES

De training Rouwzorg is ontwikkeld op basis van de training Na blijven (samenwerkingsproject met het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn en de Universiteit van Utrecht) en de geaccrediteerde Post-Hbo opleiding Rouw en verliesbegeleider van het LSR.

Rouwzorg komt voort uit Steun bij Verlies (LSV) en de Counselling- en Coaching praktijk Soul2.



LEERDOELEN

Na de training:

- Inzicht krijgen in de manier waarop jou persoonlijke bagage van invloed is op de manier van de rouwenden;
- Kennis verzamelen over de verschillende verlies - en rouwmodellen en werkvormen;
- Unieke vaardigheden beheersen om verlies en rouw te begeleiden in je privé- en zakelijke omgeving;
- Een persoonlijke reis maken die jou en de ander verder brengt in het omgaan met verlies en rouw en het leven als geheel.

DOELGROEPEN

De training is o.a. bedoeld voor:

- Vrijwilliger rouwzorgers, d.w.z. zij die onbetaald rouwenden begeleiden.
- Beroepskrachten die in de uitoefening van hun werkzaamheden in contact komen met rouwenden (zoals HR managers, medici, verpleegkundigen, huisarts ondersteuners, jeugdzorg, ouderenzorg, politie, justitie, onderwijs etc.).
- En voor iedereen die verlies tot betekenis wil brengen.



OPBOUW

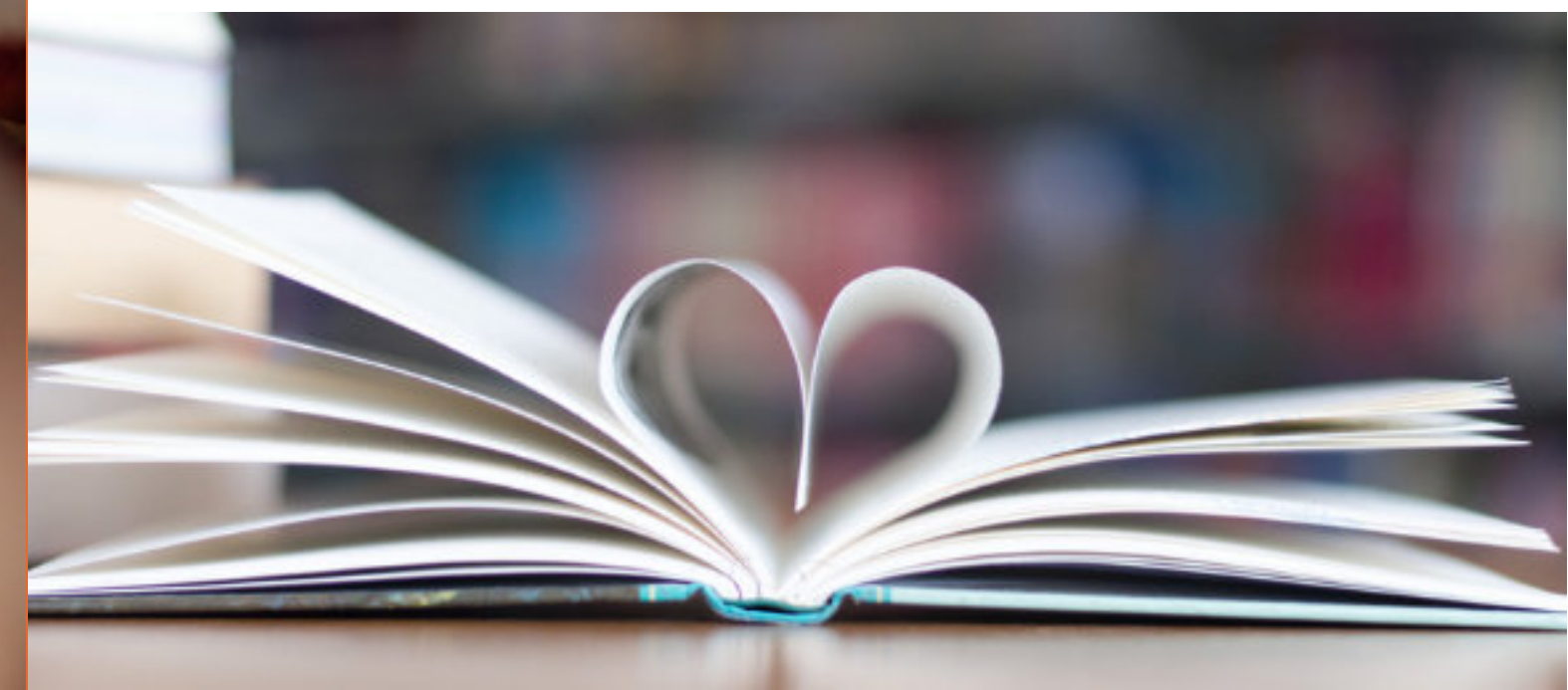
De training bestaat in totaal uit 7 dagen van telkens zes uur.

In de gehele training wordt gewerkt aan zelfinzicht en inzicht in factoren van rouw en verlies.

Bij ieder onderdeel van de training wordt geoefend in gespreks- en communicatievaardigheden, die van belang zijn bij verschillende soorten gesprekken (troost-, educatief-, oriënterend-, bemoedigings en begeleidingsgesprek).

De laatste dag staat in het teken van 'oogsten' en 'vieren' ('wat heb ik geleerd' en 'hoe integreer ik dat in mijn praktijk').

Tussen de verschillende trainingsdagen wordt een bepaalde tijdsduur aangehouden waardoor je in de gelegenheid bent de kennis en vaardigheden in de omgang met rouwenden toe te passen.



DOCENTEN



KLAAS-JAN RODENBURG



- Gestalt therapeut
- Rouw en verliesdeskundige
- Directeur van het Landelijk Steunpunt Verlies (LSV)
- Docent en trainer bij de Post-HBO opleiding Rouw- en verliesbegeleider en bij de opleiding medisch studenten (VU Amsterdam)

CLAIRE BECKING



- Organisatie psycholoog (RUG, Groningen)
- Vitaliteitcoach
- Verlies en draagvlakdeskundige
- Specialist stress- en burnout
- Senior coach en trainer profit en non-profit organisaties

JISKA RODENBURG



- Verlies en rouwbegeleider
- Eigen praktijk Soul2
- Ademcoach en yogadocente
- Trainer en rouwprofessional bij Dearly
- Trainer en coach RouwZorg
- Achtergrond in HR management en development

VERWIJSBESTAND

Ben je werkzaam in het veld van rouw en verlies en heb je een certificaat behaald na het volgen van onze training? Dan kun je vrijblijvend worden opgenomen in het verwijsbestand van het Landelijk Steunpunt Verlies.

Laat je deskundigheid niet verloren gaan en meld je na de training aan voor opname in het populaire verwijsbestand op:

www.steunbijverlies.nl

Het LSV biedt jaarlijks aan honderden rouwenden die aankloppen bij het Centrum voor Verlies en Rouw een luisterend oor en betrokkenheid. Ze staan hen bij in het doordenken, doorstaan en doorademen van wat verlies en rouw teweegbrengen.





*LOOP NIET ACHTERMIJ AAN,
IK ZAL MISSCHIEN NIET LEIDEN,
LOOP NIET VOOR MIJ UIT,
IK ZAL MISSCHIEN NIET VOLGEN,
LOOP GEWOON NAAST MIJ EN WEES
MIJN VRIEND.*

ALBERT CAMUS

PROGRAMMA

THEMA'S TRAINING ROUWZORG

- Dag 1 Veelkleurig verlies
- Dag 2 Rouw en rouwstijlen
- Dag 3 Rouw als kostprijs van hechting
- Dag 4 Van verlies naar herstel
- Dag 5 Gecomplexeerde rouw
- Dag 6 Aandacht levensverhaal
- Dag 7 Oogsten en Vieren



WERKWIJZE & LESMATERIAAL



KENNIS OVERDRACHT

In de training staan eigen ervaringen en kennis over het rouwproces centraal. Naast praktijkgerichte informatie is er ook aandacht voor theoretische begripsvorming over rouw en rouwbegeleiding.

Bij elk onderdeel komt het ontwikkelen van vaardigheden nadrukkelijk aan bod. Over vaardigheden kun je veel praten, maar je leert ze vooral door oefening.

Een vaste opdracht is het maken en gebruiken van eigen notities. Schrijf na elke bijeenkomst iets op, bijvoorbeeld wat je verrassend of moeilijk vond tijdens de trainingsdagen.

THUIS OPDRACHTEN

De nadruk ligt op de zelfwerkzaamheid van de deelnemers, zowel tijdens de bijeenkomsten als daarbuiten, via thuisopdrachten. Opdrachten voorafgaand aan een bijeenkomst helpen jou en andere deelnemers om het maximale uit de training te halen.



BOEKEN

‘Ze zeggen dat het over gaat’
(Johan Maes)

‘Helpen bij verlies en verdriet’
(Manu Keirse)

Beide boeken bieden brede informatie over rouwen verlies en zijn tevens bedoeld als leidraad voor Rouwzorgers in de praktijk.

De boeken zijn tevens naslagwerken na afloop van de training.

REVIEWS

"Ik heb gekozen voor de training Rouwzorg omdat ik, naast theoretische kennis, ook heel graag diverse werkvormen wilden gaan leren kennen om die in te gaan zetten in m'n praktijk. Deze training heeft me enorm verrast door het aanbod van deze werkvormen en zie ik als een enorme verrijking in mijn werk als rouwzorger. Ik ben nu beter in staat om anderen te begeleiden tijdens hun rouwreis."

Charlotte

"Ik heb voor de training Rouwzorg gekozen omdat de Klaas-Jan en Jiska een enorme levenservaring en wijsheid hebben op dit gebied. Het is dus zeker geen training uit de boeken, dat maakt het persoonlijk en diepgaand."

Emmy

"Mijn interesse in rouw lag er al heel lang en ook heel lang deed ik het op gevoel. Begeleiding bij levend verlies, waar veel mensen mee te maken krijgen. Ik wilde mij hierin verdiepen, geen hele lange studie doen, maar een korte training. Ook zocht ik naar meer zekerheid en gevoel in het werk wat ik doe. Rouwzorg wil ik integreren in mijn huidige werk als kinderverpleegkundige en ik wilde meer handvatten krijgen. Ik ben heel enthousiast over de training en het heeft me veel verder gebracht in mijn eigen proces en in mijn vakgebied. Juist in het levend verlies, en niet alleen van het verlies van een dierbare, is dit een enorme krachtige training die veel werkvormen biedt. Ik kan het echt iedereen aanraden die met mensen om gaat."

**Martine - Kinderverpleegkundige
Samen Tender, Love en Care**

"Door veel recente privé verliezen dichtbij in mijn vriendengroep (scheidingen, verlies van kinderen en twee dierbare vrienden) wilde ik hen naast mijn werk als coach ondersteunen en bijstaan en meer kennis en vaardigheden opdoen bij levend en blijvend verlies. In deze training kwam ik eerst mezelf tegen en kreeg zoveel handvatten, werkvormen en ook een praktische theoretische opleiding. Vanuit mijn werk als coach persoonlijke ontwikkeling ben ik mij ook in rouwzorg aan verdiepen en inmiddels dus ook rouw- en verliesbegeleider geworden. De training is heel waardevol en voor iedereen te volgen."

**Ingrid - Rouwbegeleider en coach IVM
Coaching**



TRAINING ROUW ZORG

*LOOP NIET ACHTERMIJ AAN,
IK ZAL MISSCHIEN NIET LEIDEN,
LOOP NIET VOOR MIJ UIT,
IK ZAL MISSCHIEN NIET VOLGEN,
LOOP GEWOON NAAST MIJ EN WEES
MIJN VRIEND.*

ALBERT CAMUS



Rouwzorg

Onderdeel Landelijk Steunpunt
Verlies

RouwZorg

www.rouwzorg.nl

06 2500 9735
www.steunbijverlies.nl
033 4616886

