

Training autobiografisch schrijven

Je eigen leven als bron van inspiratie.

In deze training 'autobiografisch schrijven' ontdek je door te schrijven welke thema's er spelen in jouw leven en wat de betekenis hiervan is op je leven en werk. Waarom werk je in het onderwijs? Wat betekent leraarschap voor jou? Wat zijn de betekenisvolle momenten? We schrijven over je vroege jeugd, de puberteit maar ook over het nu. Je eigen leven als bron van inspiratie.

De opzet van de training

De schrijfopdrachten die je krijgt nodigen je uit om verschillende momenten uit je leven feitelijk en zintuiglijk te beschrijven. Hierdoor worden beelden en ervaringen helderder en sprekender. Soms schrijven we ook vanuit een ander perspectief waardoor verbanden tussen levensgebeurtenissen zichtbaar worden. Niet schrijven vanuit het denken maar je pen het werk laten doen.

Het (vrijwillig) voorlezen, in een veilige sfeer is een belangrijk onderdeel. Het luisteren naar elkaars verhalen maar ook het voorlezen van je eigen tekst werkt verbindend en verdiepend. Het geeft enerzijds herkenning in het verhaal van de ander, maar juist ook de verschillen zijn veelzeggend. Aan het eind van de training heb je een aantal verhalen uit je leven opgeschreven die je inzicht geven in de thematiek van jouw biografie in relatie tot je leven en werk.

"Lekker schrijven en de pen zijn werk laten doen, ik heb ervan genoten en het geeft me energie.

Elkaars verhalen horen, ook zo bijzonder. De opbouw van je workshop is heel stevig en grijpt mooi in elkaar; ik voelde me echt mee op pad genomen, als een reisje naar vroeger." (ervaringen van een deelnemer).

Voor wie?

- Voor mensen die graag schrijven en al schrijvende hun eigen leven willen verkennen.
- Voor mensen die zelfinzicht zoeken en overzicht willen creëren.
- Voor mensen die zich opnieuw willen oriënteren op hun loopbaan.
- Voor mensen die het autobiografisch schrijven willen inzetten in hun school.

Door wie?

Yvonne Heus heeft ruime ervaring in het coachen van mensen in en rond het onderwijs. Zij weet als geen ander op een speelse en positieve manier creativiteit in mensen naar boven te halen. Yvonne richt zich o.a. op de expressiekracht van mensen middels schrijven en kunstzinnig werken. Haar bronnen hierbij zijn het autobiografisch schrijven, de positieve psychologie, voice dialogue en 'kunstzinnig dynamisch coachen' (De Kleine Tiki). Zie www.burospring.nl.

Praktische informatie

Data: 6 dagdelen van 2,5 uur in september, oktober, november, december 2019 en januari, februari 2020. Data in overleg met de groep.
Locatie: Vondellaan 144 in Utrecht, tel. 06 53743309
Aantal pp: min. 4 en max. 8 personen.
Kosten: € 395,-.

