Trainingsfiche: Leiden bij verlies

1. Overzicht

- Duurtijd — 1 opleidingsdag + persoonlijk gesprek van 1,5 uur
- Opleidingsvorm — Klassikaal + persoonlijk gesprek (bij voorkeur fysiek, online kan ook)
- Voertaal — Nederlands

2. Doelstelling

Verlies en rouw horen bij het leven en dus ook bij het werk. Verlies kan zich op veel manieren tonen: een rol die wegvalt bij een verandering, een collega die uitvalt of overlijdt, iemand die zichzelf onderweg kwijtraakt of een verlies thuis dat ook op het werk voelbaar wordt. Het raakt mensen vaak op meer dan één laag tegelijk. Als leidinggevende sta je dan in de eerste lijn, maar weet je niet altijd wat je kan zeggen of doen.

Geen theorie om de theorie: je vertrekt van situaties uit je eigen team en ontdekt hoe je verlies herkent, erkent en je mensen ondersteunt.

Na deze workshop:

- weet je hoe verlies doorwerkt op verschillende lagen en hoe je dat terugziet in het functioneren
- herken je signalen van verlies in je team, ook wanneer ze niet benoemd worden
- kan je verlies normaliseren, erkennen en bespreekbaar maken
- weet je wat je als leidinggevende kan doen en waar je grens ligt
- weet je wanneer je doorverwijst en hoe je een vinger aan de pols houdt
- deel je je inzichten, zodat verlies in je hele organisatie meer aandacht krijgt

3. Doelgroep

Leidinggevenden, ploegleiders, teamleiders, HR-medewerkers en preventieadviseurs.

4. Programma

De dag verloopt in drie bewegingen: van zien hoe verlies eruitziet, naar begrijpen wat het met mensen doet, naar weten wat helpt en wat net niet.

1. Ontdekken
    - Je verkent hoe verlies er op de werkvloer kan uitzien.
    - Je staat stil bij je eigen ervaring: welk verlies zag je in je team en hoe ging je ermee om?
    - Je kijkt hoe verlies ook bij jezelf als leidinggevende doorwerkt.

2. Begrijpen
    - Je begrijpt hoe verlies doorwerkt op vijf lagen: lichamelijk, mentaal, emotioneel, in wie je bent en in je contact met anderen.
    - Je leert signalen herkennen op elk van die lagen en hoe ze zichtbaar worden in het functioneren.
    - Je onderzoekt wat jouw rol als leidinggevende is en waar je grens ligt.

3. Toepassen
    - Je oefent de gesprekken die het moeilijkst zijn, zoals het eerste gesprek na een verlies en de terugkeer naar het werk.
    - Je leert wanneer en hoe je doorverwijst en hoe je een vinger aan de pols houdt.
    - Je werkt bouwstenen uit voor afspraken in je team en om je inzichten te delen in je organisatie.

5. Persoonlijk gesprek (na de opleidingsdag)

In een persoonlijk gesprek van 1,5 uur, bij voorkeur fysiek, online kan ook, verdiepen we op maat van jouw team en organisatie, vertrekkend van je eigen situatie. Zo maak je de afspraken voor je team en je inzichten voor je organisatie concreet.

6. Goed om te weten

Deze workshop is geen therapie. Je eigen verhaal delen is een uitnodiging, nooit een verplichting. Bij een ernstig incident of trauma is gespecialiseerde begeleiding nodig. Hoe je daarvoor doorverwijst, komt ook aan bod.