

# Training “Ervaringskracht NAH”

## Aanleiding

Het krijgen van hersenletsel heeft grote impact op het leven van de betreffende persoon en zijn naastbetrokkenen. Veel in het leven verandert. In deze periode vinden mensen het vaak fijn om in contact te komen met lotgenoten. Mensen die hetzelfde is overkomen en die al langer ervaring hebben met NAH. Ervaringsdeskundigheid wordt ook steeds meer erkend als waardevolle aanvulling op reguliere hulpverlening. Om die reden is er behoefte aan ervaringsdeskundigen die lotgenoten ondersteunen in hun herstelproces.

Het vraagt kennis en kunde om dit gesprek als ‘ervaringsdeskundige’ te kunnen voeren. In deze training leren deelnemers hoe je van betekenis kunt zijn voor lotgenoten en hoe je hen kunt ondersteunen in hun herstelproces. De training ‘Ervaringskracht NAH’ is een vervolg op de basistraining ‘Mijn ervaringsverhaal NAH’. Het initiatief voor deze opleiding kwam uit de ‘Stuurgroep Ervaringsdeskundigheid en NAH’ in Noord-Brabant. De training is door Renske Mol samen met ervaringsdeskundigen ontwikkeld.

## Inhoud

In de training leer je vaardigheden die nodig zijn voor het bieden van ondersteuning in het proces van herstel en verwerking van een hersenletsel. Deze vaardigheden hebben vooral betrekking op communicatie en persoonlijke effectiviteit. Daarnaast worden de stappen naar herstel besproken. Ervaringen van deelnemers aan deze training vormen een belangrijke input.

Concreet komen de volgende onderwerpen tijdens de training aan bod:

- Communicatieve vaardigheden
- Feedback geven
- Feitelijke kennis over NAH
- Het aangeven en bewaken van je eigen grens
- Proces van herstellen

In de invulling van het programma sluiten we aan op de leervragen van de deelnemers.

Deze training is geen opleiding tot hulpverlener.

## Inzet als ervaringsdeskundige

Met de kennis en kunde uit deze training kun je individueel of in groepsverband met lotgenoten in gesprek over het effect van hersenletsel in hun leven.

Je kunt hierbij denken aan de volgende mogelijkheden of activiteiten:

- Maatjes- of buddyprojecten
- Voorlichting geven over hersenletsel
- Het organiseren van lotgenotencontact
- Ontmoetingen organiseren.

Over het algemeen gaat het om vrijwilligerswerk.

## Doelgroep

Deze training is bedoeld voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel, die bereid zijn in gesprek te gaan met lotgenoten om hen te ondersteunen in het herstelproces.

Het maximum aantal deelnemers is 8.

Voor deelname aan de training gelden de volgende criteria:

- Deelnemers zijn in staat om het eigen ervaringsverhaal te kunnen vertellen.
- Deelnemers zijn in staat om te luisteren naar lotgenoten en om met hun aandacht bij 'de ander' te zijn. Je gebruikt je eigen ervaring maar jij als persoon staat in dit gesprek niet centraal.
- Minimaal 5 keer aanwezig zijn bij de training.
- 2,5 uur (met tussendoor een korte pauze) in een training kunnen zitten.
- Feedback kunnen ontvangen en geven.
- Bereid en gemotiveerd zijn om thuis opdrachten voor te bereiden.
- Aantekeningen kunnen maken en minimaal 1 A4-tje aan tekst kunnen lezen.
- Van deelnemers wordt verwacht dat ze gemotiveerd zijn om zich na deze training in te zetten voor het ondersteunen van lotgenoten.

Voorafgaand aan de training hebben we met alle deelnemers een kennismakinggesprek waarbij wederzijds gekeken wordt of de training geschikt is voor de betreffende persoon. Deze gesprekken zijn gepland op 17 en 31 januari.

## Praktische informatie

De training omvat 6 werkbijeenkomsten en een afsluiting. Elke bijeenkomst duurt 2,5 uur en heeft een voorbereidende opdracht. Tijdens de bijeenkomst bespreken we met elkaar de theorie. En we gaan vooral ook veel oefenen. Oefenen met gespreksvaardigheden, het geven van feedback en luisteren.

De training wordt gegeven door Renske Mol (trainer) en Lèneke van der Velde (co-trainer)

Locatie : MEE Den Bosch, Sint Teunislaan 3, 5231 BS 's-Hertogenbosch

## Meer informatie en aanmelden

Voor vragen over de training en aanmelding neemt u contact op met :

- Paul van Gellecom, [paulvangellecom@gmail.com](mailto:paulvangellecom@gmail.com) of 06 20639595
- Of Renske Mol, [info@moltraining.nl](mailto:info@moltraining.nl) of 06 40 94 21 36

### Cursusdata

Dag 1: 10 februari

Dag 2: 17 februari

Dag 3: 2 maart

Dag 4: 16 maart

Dag 5: 30 maart

Dag 6: 6 april

Afsluiting op 20 april.