



LEADING BY BEING

Een traject onder begeleiding van:

Anja Hueber,

James Bampfield,

André Pelgrims



Leading by Being

Leading by Being richt zich, via een diepgaand proces, op de ontwikkeling van persoonlijk leiderschap. Daarmee bedoelen we: ‘de kracht om vanuit een intrinsiek sterke balans jezelf en anderen te leiden of te begeleiden, en dat in een voortdurend veranderend maatschappelijk gegeven.’

We engageren ons om alle deelnemers te helpen hun eigen authentieke maatschappelijke positie te vinden en/of op te bouwen. Om in staat te zijn anderen te leiden of te beïnvloeden vanuit fundamentele waarden zoals integriteit, kracht, moed, kwetsbaarheid en liefde.

Doelgroep

Voor iedereen die hetzij maatschappelijk, hetzij bedrijfsmatig bewust is van zijn/haar leiderschapspositie, en die via een persoonlijk ontwikkelingstraject zijn/haar draagvlak wil verruimen.

Ook voor diegenen die hun maatschappelijke roeping nog niet gevonden hebben of kwijt zijn geraakt. Via LBB worden deelnemers gesterkt in het maken van keuzes en opnieuw koers te kiezen.

We denken aan bedrijfsleiders, teamleiders, projectleiders, politici, academici, consultants, journalisten, trainers, opvoeders, kunstenaars.

Werkwijze

Leading by Being kent een holistische aanpak om het persoonlijk groeiproces te ondersteunen. We integreren een ruim aanbod aan werkvormen, die de deelnemers op de verschillende niveaus van ontwikkeling zullen activeren.

We werken op:

1. een psycho-emotioneel niveau, met concepten en oefeningen ontleend aan de rijke geschiedenis van de gestalt- en systeemtheoretische scholen (van Perls tot Hellinger)
2. een bio-energetisch niveau met concepten en oefeningen die een toegang geven tot het begrijpen en ervaren van de intelligentie van het lichaam (van Lowen tot Roth)
3. een transpersoonlijk niveau met concepten en oefeningen ontleend aan de rijke wereld van meditatie en energiewerk (van Barnett tot Wilber)

Het voeden van de verschillende centra van intelligentie is een basisbestanddeel van alle modules die Leading By Being aanreikt. Het niet openen en vrij maken van één van deze levenskanalen, uit zich op een emotioneel niveau in één of andere vorm van onevenwicht.



Module 1: Personal Dynamics

“ de essentie van leiderschap is dat je jezelf kent”

In deze eerste module ga je als deelnemer ervaren en onderzoeken hoe je, net als ieder ander mens, specifieke zelfbeschermingstrategieën en patronen ontwikkeld hebt.

Tegelijkertijd ontdek je jouw specifieke manier om daar vrij(er) van te zijn.

Jouw authentieke talenten/kwaliteiten en drijfveren worden zichtbaar en kunnen bewust ingezet worden.

De weg naar zelfkennis vereist veel zelfonderzoek en moed....alle aspecten van wie je bent als mens worden aangeraakt en belicht.

Doelstellingen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling :

- ✚ bewustzijn van je eigen patronen en de impact hiervan op jezelf en je relaties
- ✚ inzicht in eigen systeem van herkomst en de effecten hiervan op eigen denken en doen
- ✚ Vrijheid opbouwen rondom eigen structuren en systeem (van ‘gevangen’ zelf naar ‘vrije’ zelf.
- ✚ het maken van authentieke keuzes
- ✚ pro-activiteit ipv reactiviteit
- ✚ grotere acceptatie van- en beter om kunnen gaan met ‘wat is’

Doelstellingen op het gebied van kennis :

- ✚ je kent de impact en effecten van karakterstructuren op je eigen gedrag en dat van anderen
- ✚ je hebt inzicht in verschillende psychologische ontwikkelstadia van de mens
- ✚ je maakt kennis met systeemdenken en verbreedt en verdiept je kennis hiervan via hoofd en ervaring

Blok 1 (3 dagen)

“Aanwezig zijn in het moment”

In de eerste 3 dagen van het LBB traject ga je jezelf en de ander leren kennen aan de hand van een aantal eerste basispatronen en maskers. Dit in het licht van jouw systemische context.

Wat belemmert je en wat helpt je hiervan vrij te blijven?

We werken vanaf het begin ervaringsgericht, dwz dat alle aspecten van wie we zijn als mens worden aangeraakt en aangeboord.

Tegelijkertijd is er genoeg aandacht voor theoretische onderbouwing.

Blok 2 (2 dagen)

“Leren vertrouwen op jezelf “

We verdiepen het onderzoek naar wie je ten diepste bent. Thema's die aan bod komen zijn : vertrouwen, kwetsbaarheid en overgave. Dit ipv vasthouden aan patronen van eigenbelang, angst en macht.

Dit biedt de mogelijkheid tot een echte keuze, vanuit werkelijk contact. Met jezelf, met de ander.

Blok 3 (2 dagen)

“De weg van innerlijke vrijheid”

In dit laatste blok rond personal dynamics kom je tot een synthese en integratie rond wat je geleerd en ‘af’ geleerd hebt over wie je bent en wilt zijn.

We werken met thema's rond verlangen, creativiteit en daadkracht.



Praktische vaardigheden verworven na het blok Personal Dynamics:

- ✚ je kent en herkent je eigen patronen
- ✚ je weet wat nodig is om uit je patronen te stappen en waar gewenst, je authentieke zelf te tonen
- ✚ je bent gevoeliger geworden voor je eigen drijfveren en behoeften
- ✚ je hebt de moed te gaan staan voor wat je belangrijk vindt
- ✚ je durft zowel kwetsbaar als daadkrachtig te zijn

Module 2: IK IN EEN GROEP – DE GROEP IN MIJ

Ons geloof in de intelligentie van groepen is doorheen de jaren alleen maar gegroeid. Het proces dat zich ontvouwt in schijnbaar onschuldige of onbelangrijke momenten, is zo dikwijls een uiting van een dieperliggend gegeven dat ontdekt wil worden. Dit leren zien, dit mogen ontdekken vraagt een vorm van kennis, gecombineerd met sensitiviteit en intuïtie. Als U veel in of met groepen werkt, kan het wenselijk zijn om deze inzichten sterker op je radar te hebben. Er zijn een aantal universele ‘wetten’ en ontwikkelfasen die voor elke groep gelden. Een beter inzicht in dit groepsproces en het verwerven van een aantal handvaten, maken je sterker om een groep te doen groeien.

Daarenboven bouwt deze module verder op de inzichten uit de eerste LBB module. Elke deelnemer zal zijn/haar eigen patronen verder in groep onderzoeken. In hoeverre maakt een groep mij als individu vrij of onvrij? Welk stuk van mijn verleden ontmoet ik in contact met de anderen in de groep? Ook deze dimensie zal parallel met het groeps perspectief expliciet aan bod komen.

Blok 1: Groepsdynamica en karakterstructuren (3,5 d)

Doelstellingen op niveau van kennis van groepsdynamica

- ✚ Je ziet in welke fase van ontwikkeling de groep zich bevindt.
- ✚ Het aan de lijve ervaren van de evolutie van de groep: van “gevangen” tot “vrije” groep, evoluerend van totale afhankelijkheid tot inter-afhankelijkheid
- ✚ Het verkennen en ervaren van specifieke groepsprocessen: de groupie, informeel leiderschap, macht en onmacht, het zwarte schaap, loyauteit en de grenzen ervan, de split in jezelf of in de groep,
- ✚ Je ziet hoe de groep in elkaar zit, wat er speelt en leeft onder de oppervlakte, tussen de regels door.

Doelstellingen op niveau van persoonlijke ontwikkeling

- ✚ Waar ontmoet je jouw geschiedenis in het contact met anderen in de groep en hoe gebruik je dit moment als een kans tot verdere verkenning?
- ✚ Hoe sterk geconnecteerd ben je met jouw persoonlijke energie beleving als een relevant signaal?
- ✚ Hoe meer vrijheid opbouwen in jezelf om jezelf te laten zien in groep (“showing up”)?
- ✚ Hoe bewust ben je van jouw natuurlijk plek in een groep en hoe je je plek verwerft + het effect op anderen;
- ✚ Hoe bewust ben je van je eigen schaduw en hoe die meespeelt of tegenwerkt in je relatie met groepen?
- ✚ Hoe bewust ben je van je persoonlijke balans in geven en nemen in relatie met een groep + het effect op anderen;
- ✚ Hoe bewust ben je in je omgang met macht of hiërarchie in groepen + het effect op anderen;
- ✚ Hoe bewuster leren zien van persoonlijke gedragsmechanismen zoals projectie, transfer, introjectie en het effect op jezelf en anderen;



Blok 2: Groepsdynamica, leiderschap en taakgerichtheid (2 d)

- ✦ Het verkennen en ervaren van regressie patronen in groep onder invloed van tijd en taak
- ✦ Hoe een groep gebalanceerd begeleiden op proces niveau in relatie tot het taak niveau
- ✦ Hoe creativiteit aanwenden om zowel taak als relatie niveau in de groep te ondersteunen
- ✦ Hoe als deelnemer leren leiderschap opnemen om met wat er aanwezig is, iets te durven ondernemen
- ✦ Verkennen waar het spannend en moeilijk wordt om leiderschap op te nemen
- ✦ Verkennen van de onderliggende relatie tussen karakterstructuren en leiderschap in groep

Blok 3: Groepsdynamica en de “non self” kant van de groep + consolidatie (2 d)

- ✦ Het verkennen van de “derde” altijd aanwezige dimensie in groepen
- ✦ Het verkennen van energetische patronen en hun belang in het kijken naar en begrijpen van groepen
- ✦ Het diepgaander experimenteren met stilte in groep en het effect daarvan
- ✦ Het bewuster connecteren met het “hart” van de groep als helende bron voor individu en groep
- ✦ Praktische vaardigheden verworven na het blok Groepsdynamica:
 - ✦ Je past groepsdynamica en systemisch werken bewust toe.
 - ✦ Je weet wat je kan doen om iedereen een passende plek te geven in de groep.
 - ✦ Je weet hoe je groep te begeleiden bij het zetten van een volgende ontwikkelstap.
 - ✦ Je kent je rol, je plaats en je impact als leider of begeleider en hebt inzichten verworven in je kwaliteiten en leerpunten.
 - ✦ Je bent vrijer om je te laten zien en om leiderschap te nemen onafgezien van je rol.
 - ✦ Je bent gevoeliger geworden voor werkvormen en hoe deze kunnen ingezet worden.

Module 3: Change Dynamics

Deeper access to transpersonal dimension (‘no-self’) as source both of inspiration and stability.

Doelstellingen op niveau van kennis

- ✦ Understanding different psychological and spiritual ways we can become ‘unblocked’ and released from limiting patterns
- ✦ Understanding the effect of the postmodern revolution: we do not exist just as individuals but as part of systems. Each system has a perspective or worldview that colors and partially creates our reality
- ✦ Principles of diversity and difference
- ✦ The place of the transpersonal beyond individuality and context
- ✦ A navigation map of the different ways to make decisions in our life.

Doelstellingen op niveau van zelf-ontwikkeling

- ✦ To take any further necessary steps in moving from ‘gevangen zelf’ to ‘vrije zelf’
- ✦ Deeper knowledge of how social and cultural context affects our attitudes and behavior. To what extent are we the product of our environment and the social mores connected to that environment?
- ✦ Understand the role of privilege and how to use that privilege wisely
- ✦ Explore how gender dynamics inform and limit our expression in life
- ✦ Gain greater access to spiritual, transpersonal dimensions through exercises, practice and group inquiry
- ✦ Make contact with our ‘deepest voice’ – the source of wisdom, inspiration and values.
- ✦ Prepare to ‘come out’ of LBB with a clear declaration of intent



Blok 1 (2 days)

De-trapping

Intensive individual work, rooting out any fundamental blocks still remaining after group module. The facilitators will use both the wisdom of the group and the whole range of their personal capacities to help each individual take the step they need to take.

Blok 2 (2 days)

Context and Systemic Difference

Coming out of our being, before we launch into our activity and leadership in the world, it is important to be aware of our context:

To which key systems do we belong? (Gender, race, etc.)

Where are we privileged and how do we use that privilege?

During the session we will explore in depth one area of difference within the group and understand how this affects our worldview and the life we create for ourselves.

Blok 3 (3 days)

No-self and Deepest Voice

Having explored the world of difference, we will dive into the transpersonal world of no-self, where there is no difference, only unity. Rather than learning, we will move into un-learning and make contact with some of the spiritual dimensions that lie beneath and beyond our own personal story. From that place of depth participants will invite their 'deepest voice' and seek inspiration as to how best to best to 'come out' after LBB.

How is my life changing as I emerge from LBB?

Is there any new sense of purpose and meaning?

Do I feel called to deepen or change any direction I am on?

Finale: Coming Out

(1.5 days)

The final session brings closure to LBB and will contain the following elements:

- ✚ Formalizing and sharing with the group the declarations of intent coming out of the last session
- ✚ The possibility for participants to invite key people from their life outside the group to witness the ending ceremony
- ✚ Closure of the LBB group itself
- ✚ Celebration!