

**Jaartraject: Intervisie & belichaamd werken voor D&I-professionals***'Samen leren en impact vergroten op je dagelijkse werkpraktijk'**Diversiteit & Inclusie***Herken je dit?****Impact en polariserende dynamiek**

Als professional in het werkveld van Diversiteit en Inclusie (D&I) kan het een uitdaging zijn om daadwerkelijk impact te maken binnen dit thema. Als D&I-professional is het niet ongewoon dat je weerstand ervaart en is het vaak schipperen tussen verschillende belangen in de gevestigde orde. In organisaties is inmiddels rondom D&I wel wat bewustzijn en een wil, maar veel organisaties vinden het lastig er concreet vorm aan te geven. Er ontstaat in het debat over D&I gemakkelijk een polariserende dynamiek.

**Deuren blijven gesloten of gaan dicht**

Vraagstukken en opdrachten rondom D&I vragen om meerdere perspectieven op de kwestie of het probleem. En omdat in het D&I-werkveld inherent de pijn van uitsluiting wordt aangeraakt, blijven deuren gesloten of gaan gemakkelijk dicht zonder dat je er precies de vinger achter krijgt waarom. Het vraagstuk adresseren en diverse perspectieven betrekken kan dus al een hele uitdaging zijn in je werk. Laat staan dat je komt tot een respectvolle dialoog en positieve energie in het proces van veranderen en doortastende interventies in de (organisatie)systemen.

**Wie ben jij?**

Je bent in dienst binnen een organisatie of werkt als zelfstandige met vraagstukken op het gebied van D&I. Je bent een professional of leidinggevende met hart en ambitie voor dit thema. Je hebt het thema in je portefeuille, je bent D&I-officer, programmamanager, externe begeleider of rekent het thema tot jouw verantwoordelijkheid als leider. Je hebt er behoefte aan in een veilige omgeving structureel te reflecteren op je praktijk van D&I en daarbij jezelf en je ruimere (lichaams) bewustzijn te betrekken.

Je bent nieuwsgierig en hebt innerlijk altijd professionele vragen die je bezighouden. Je hebt zin om gelijkwaardig uit te wisselen met andere D&I-professionals.

Je wilt je persoonlijke leiderschap op dit thema vergroten. Je schuwt daarbij niet het systeem waar jij uit afkomstig bent en jouw al dan niet bevoorrechte positie in de samenleving te onderzoeken en constructief onderdeel te laten zijn van jouw werk als D&I-professional.

**Onze kijk op D&I***Jezelf inbrengen is voorwaarde voor impact*

Wie je bent, waar je vandaan komt, de beeldvorming op jouw voorkomen en je positie in de organisatie of opdracht: het doet allemaal mee in je werk en de impact die je hebt. Je krijgt als D&I-professional onherroepelijk te maken met je eigen al dan niet bevoorrechte positie en je zal alleen van daaruit aan het werk kunnen.

Het is in organisaties veelal niet de gewoonte om vanuit lichaams- en ruimtelijk bewustzijn te werken en bovendien procesgericht te werken. Terwijl juist veel in- en uitsluitingsdynamieken plaatsvinden op basis van de beeldvorming over ons (lichamelijk) voorkomen, onze naam én we die dynamieken 'aan den lijve' kunnen ervaren. En (goed nieuws): we kunnen context in beweging brengen. Door onszelf in beweging te brengen! Door lichamelijk present te zijn en je zintuiglijke waarneming scherp te stellen, boor je een bron van rijke informatie en mogelijkheid tot verbinden aan. Ook in meer gespannen situaties leer je dan aanwezig en bewust te handelen.

## *Jaartraject: Intervisie en belichaamd werken voor D&I-professionals*

Voortdurende (zelf)reflectie en uitwisseling is voor jou als professional een wezenlijk aspect om te blijven groeien en bewust te blijven handelen. In dit jaartraject intervisie & belichaamd werken voor D&I-professionals komen we met een groep D&I-professionals samen om structureel onder begeleiding te reflecteren op de eigen ontwikkeling en casuïstiek. Bewustzijns-, lichaams- en systemisch werk, intervisie en uitwisseling van en rondom bronnen (artikelen, boeken, kunst, film, voorstellingen) vormen de core van het traject.

### *Wat is intervisie eigenlijk?*

Intervisie is een beproefde methode waarin professionals komen tot onderlinge uitwisseling rondom leervragen en casuïstiek van de deelnemers. Inter-visie betekent letterlijk 'tussen verschillende perspectieven' en in de intervisiemethode gaan we op zoek naar de rijkdom van zo divers mogelijke perspectieven op een casus. De rijkdom van diversiteit zit dus al ingebakken in de methode. Van oudsher gebeurde dit vooral met woorden-taal. Inmiddels zijn we veel meer te weten gekomen over de intelligentie van de mens: niet alleen de cognitie en woorden spelen een rol. Lichamelijk bewust aanwezig zijn is een wezenlijke competentie om je werk goed te kunnen doen. Daarom betrekken we dit actief in dit jaartraject.

Elke sessie zullen we door middel van een gestructureerde intervisiemethode casuïstiek behandelen, maar ook (bewegend) aandacht besteden aan lichamelijk aanwezig zijn, systemisch bewustzijn en dieper luisteren. Van daaruit kom je in verbinding met wie jij (ook als professional) werkelijk bent, word je je bewust van persoonlijke patronen en kan je opmerken wat de realiteit is in een situatie of een organisatie waar je mee werkt. Deze laag van informatie kan je voeden om werkelijk impactvol te interveniëren.

Voorbeelden van vragen zijn:

- Hoe kan ik beter luisteren naar mijn lichaam en dit zowel in de relatie als bij de inhoud van mijn werk mee laten doen?
- Hoe neem ik mijn persoonlijke verhaal en ervaringen professioneel en constructief mee in mijn D&I werk?

- Wat betekent het krachtenveld rondom mijn positie voor de (on)mogelijkheden in mijn opdracht?
- Vanuit welk deel van mezelf handel ik in contact met anderen en wat is de impact daarvan?
- Hoe contracteer ik mijn opdracht zo, dat anderen in de organisatie ook verantwoordelijkheid houden op D&I en ik niet alleen kom te staan?
- Hoe kan ik een geïnspireerde beweging en dialoog op gang brengen in mijn organisatie?

### **Wat levert het traject je op?**

In dit traject ontwikkel je:

- een groter bewustzijn van het effect van je eigen handelen, positie en (lichamelijke) aanwezigheid in dit krachtenveld
- een breder palet aan mogelijkheden om je eigen handelen constructief in te zetten
- het vermogen lichamelijk bewust en aanwezig te zijn in de realiteit en van hieruit te werken
- een intensieve verbinding met collega's met wie je professioneel kan uitwisselen en met wie je mag leren: je zal je minder alleen voelen als 'pionier' in dit grote maatschappelijke vraagstuk
- een sterker gevoel van sociale veiligheid en een groeiende mentale gezondheid
- meer inzicht in de dynamiek van organisaties, de (polariserende) dynamiek rondom D&I en hoe je daarin effectief beweging brengt met andere betrokkenen

Tijdens de begeleide intervisiebijeenkomsten leer je:

- zorgvuldig luisteren en feedback geven
- anders kijken naar de situaties die je als lastig ervaart
- van de manier waarop je collega's kijken en werken
- andere interventies ontwikkelen
- meer zicht krijgen op de werking van organisatiedynamieken en hoe je daarin effectief contracteert

## Wie zijn wij?

Wij zijn Mieke Koldewee en Jerry Mac-Donald.

## Mieke



Mieke (1973) is sinds 2008 werkzaam als zelfstandig veranderkundige, coach en (Afrikaans) danser. Ze begeleidde diverse intervisiegroepen, leer- en verandertrajecten in organisaties en is mede-oprichter van het Organisa-

tieAtelier en Danszaal Overvloed. Mieke is moeder van twee Nederlands-Béninse kinderen. Ze laat zich inspireren door sociaal constructionisme, improvisatie, body-mind centering, bewustzijnswerk (Ridhwan), Ubuntu, natuur en systemisch werk. Ze werkt graag vanuit het bewustzijn dat we in het organiseren geneigd zijn zaken 'vast' te zetten en processen en mensen als dingen te gaan beschouwen en behandelen. Ze beschouwt organisaties dus liever als organismen vanuit de vraag: 'Waar beweegt het (wél)?'

## Jerry



Jerry (1983) is sinds 2007 danser en sinds 2010 werkzaam als jurist. Hij kent uit eerste hand de dynamieken die zich voordoen in organisaties. 14 jaar geleden is Jerry begonnen in de bewuste oefening te horen wat het

lichaam en de geest te zeggen hebben. En hoe dit daadwerkelijk in de praktijk te brengen. Binnen de opleiding Embodied Life Art Program is hij zich bewust geworden van de verrijkende intelligentie van het lichaam en het belang van het lichaam in ons dagelijks leven. Zowel in het privéleven als in de werksfeer. Jerry is vader van twee zoons en woont in Utrecht.

Mieke en Jerry zijn sinds 2020 met elkaar diepgaand en onderzoekend in gesprek over de vraag 'wat kom jij tegen als je met jouw lichaam de kamer binnenkomt?'

## Het programma

Het programma Jaartraject: Intervisie & belichaamd werken voor D&I-professionals bestaat uit:

- 6 leerbijeenkomsten (intervisie en belichaamd werken) van 6 uur
- 2 individuele sessies met Mieke of Jerry (inclusief intake)
- onderling buddysysteem door het jaar heen

### Opbouw intervisiesessies

De intervisiebijeenkomsten vinden plaats in de danszaal en het atelier van het OrganisatieAtelier in Utrecht. We werken van 10.00 tot 15.00 uur (inloop vanaf 09.30 uur):

- een belichaamde check-in
- uitwisselen van de huidige vraagstukken door alle deelnemers
- behandeling van enkele cases met gestructureerde intervisiemethode
- oefeningen die aansluiten bij de ingebrachte casuïstiek
- presentatie van en reflectie/dialog op een inspiratiebron uit het D&I-veld (artikel, boek, performance, muziek, expositie) voorbereid door één of twee deelnemers
- check-out

Tussen 15.00 - 17.00 uur is er ruimte om in het OrganisatieAtelier te blijven om na te praten met je buddy, ergens langer bij stil te staan of ander werk te doen.

### Integratie in jouw werkveld

Voor de integratie van het jaartraject werk je door het jaar heen met een buddy, iemand uit de groep. Met jouw buddy reflecteer je regelmatig op wat er in jouw praktijk gebeurt, jouw rol en proces en blijf je jezelf actualiseren in wat jij nodig hebt.

## Intake en coaching

Voorafgaand aan het jaartraject heb je met Mieke of Jerry een intakegesprek van 1 uur. We maken kennis met jou persoonlijk en het werk dat je doet. We onderzoeken jouw ontwikkelvragen en welk verlangen in professionele én persoonlijke groei bij jou leeft. We checken of we denken dat het jaartraject daaraan kan bijdragen. En dus of het klopt dat jij in het jaartraject deelneemt. En dat geldt uiteraard ook voor jou: ook jij kan checken of je denkt dat dit traject goed voor jou is. Halverwege het traject plannen we nog een individueel coachgesprek in (met Mieke of Jerry) om stil te staan en te ondersteunen bij jouw leerproces.

## Aantal deelnemers in de groep

In het jaartraject nemen minimaal 6 en maximaal 12 deelnemers deel.

## Investing

De investering voor het jaartraject bedraagt:

€ 2.295,- excl. btw (voor organisaties)

€ 1.745,- excl. btw (voor ZZP'ers)

We vragen je een aanbetaling van € 500,-. De rest van de investering kan maandelijks worden afgedragen. Mocht de investering de belemmering zijn om mee te doen, neem dan even contact met ons op. We vinden vast een oplossing. Deze investering is inclusief koffie, thee, versnaperingen en gebruik van de ruimtes van het OrganisatieAtelier.

## Data & tijd

De intervisiesessies vinden plaats op:

- 23 november 2023: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 1 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)
- 18 januari 2024: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 2 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)
- 29 februari 2024: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 3 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)
- 4 april 2024: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 4 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)
- 16 mei 2024: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 5 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)
- 27 juni 2024: 10.00 - 15.00 uur - Intervisie 6 (inloop om 09.30 uur, uitloop tot 17.00 uur)

## Locatie

De intervisiesessies vinden plaats in het OrganisatieAtelier/ Danszaal Overvloed aan de Arkansasdreef 20 in Utrecht. Op deze locatie hebben we beschikking over een mooie danszaal (123 m<sup>2</sup>), een kleiner atelier (23 m<sup>2</sup>) en een prettige gemeenschappelijke ruimte met keukenblok, eettafel en zithoek.

