



Speel eens met vuur

Speel eens met vuur is een jong trainingsbureau met een uniek concept waarbij cognitieve, creatieve en lichaamsgerichte invalshoeken worden gecombineerd. Theater heeft een belangrijke plaats in onze trainingen. **Wij geloven in de kracht van de ervaring, de kracht van het doen.** Door middel van theater ziet je andere mogelijke wegen of een verbreding van het pad dat je nu dagelijks bewandelt. Je leert een gewoonte doorbreken en nieuwe kansen worden benut.

Speel eens met vuur koppelt de ervaring aan theorie en zorgt ervoor dat een training een intensieve belevenis wordt, een diepgaand leren. Daarnaast zorgt het bezig zijn met theater voor veel plezier en ontspanning.

Vraag je zich wel eens af of je al je kwaliteiten benut?

Wil je je leven meer diepgang geven en groeimogelijkheden ruim baan geven?

Wil je inzicht krijgen in je persoonlijke kracht en meer vanuit deze kracht leven en werken?

Wil je met meer energie en vanuit passie je werk doen?

Ben je wat betreft je werk toe aan een (zelf gekozen of gedwongen) herbezinning?

Volg dan de meerdaagse training bij "Speel eens met vuur" en leer je persoonlijke kracht kennen en je authenticiteit vergroten.

Resultaat

Door een training persoonlijke kracht ben je beter in staat om vanuit persoonlijke kracht te leven en te werken. Je bent daadkrachtiger, duidelijker en je hebt meer energie. Daardoor groeit je vitaliteit en het plezier in leven en werk.

Inhoud

Ik hoor en ik vergeet, ik zie en ik onthoud, ik doe en ik begrijp" Confucius

Wij geloven in de kracht van de ervaring, de kracht van het doen. Daarom zetten wij naast cognitieve, ook creatieve en lichaamsgerichte oefeningen in om je persoonlijke kracht te ontdekken en te versterken.

Wij gebruiken in onze trainingen werkvormen uit het improvisatietheater. Het improvisatietheater leert mensen volledig in het hier en nu te zijn, samen te werken, geen "ja maar..." te zeggen, maar "ja en...", vrij te experimenteren met (ander) gedrag en het zorgt voor veel plezier en ontspanning.

Een belangrijk uitgangspunt in onze trainingen is de leer van de vier elementen: vuur, water, lucht en aarde die zich in ieder mens verhouden. Door te spelen met deze elementen word je je bewust van gedragspatronen, voorkeuren en gewoontes en ontdek je verborgen eigenschappen.

In drie keer twee dagen zullen wij werken aan de volgende onderwerpen:

-vanuit het arde gebied- het lichaamsbewustzijn: We kijken naar de balans tussen lichaam en geest, ontspanning, non verbale communicatie, luisteren naar lichaamssignalen en naar wat er voor een ieder nodig is om gezond en vitaal te blijven.

Speel eens met vuur

trainingen cursussen workshops re-integratie



-vanuit het water gebied- het emotionele gebied: We kijken naar stimulerende en belemmerende emoties, eventueel opgelopen blokkades en naar de kracht achter de emotie. Communicatie komt hier ook bij aan bod.

-vanuit het vuur gebied- het mentale gebied: Welke kwaliteiten en valkuilen zijn er bij een ieder aanwezig? Wat is ervoor nodig om het werk met aandacht en passie te doen? Waardoor raakt men geïnspireerd? En zijn er belemmerende overtuigingen die in de weg staan?

-vanuit het lucht gebied- het spirituele gebied: We gaan aan de slag met intuïtie en creativiteit. Lucht is een kwaliteit die makkelijk om weet te gaan met veranderingen. Deze kwaliteit zullen wij ook belichten.

Vooraf voeren wij met iedere deelnemer een persoonlijk intake gesprek.

Aantal deelnemers:

Aan de training nemen maximaal 10 personen deel.

Kosten:

Inclusief materiaal, intake gesprek, exclusief verblijfskosten en BTW.
€1750 per persoon.

Voor meer informatie of het bespreken van je specifieke trainingsvraag:

Kun je vrijblijvend contact opnemen met:

John van Dongen: john@speeleensmetvuur.nl of 06-20037201

Wendy van den Brand: wendy@speeleensmetvuur.nl of 06-16443445



De vier elementen

De leer van de vier elementen is al oud. Het gebruik als model voor een training nieuw. Het blijkt een heldere theorie die inzicht verschaft in gedrag, kwaliteiten en valkuilen, actie en reactie.

De elementen zoals hieronder beschreven bevinden zich in ieder persoon, maar in iedereen in een andere verhouding. Ook in iedere organisatie zijn de elementen terug te vinden door de mensen die er werken, maar ook door hoe de organisatie is vormgegeven (de organisatie structuur).

Daar waar alle elementen aan bod mogen komen ontstaat een gezonde balans.

Vuur

Vuur staat voor gedrevenheid. Eigenschappen van vuur zijn o.a. : voor jezelf opkomen, overtuigend, doorzetten, krachtig, ijverig, doelgericht en vastberaden.

De houding die bij vuur hoort is naar voren gericht, op het puntje van de stoel, stevig. Vuur houdt van tegenstanders en tegenstand. Vuur is direct en praat vanuit 'ik en jij'. Vuur zoekt de ogen van de ander op en probeert door te dringen.

Teveel van het element vuur geeft onredelijkheid. Men luistert niet, eist en commandeert.

Water

Water staat voor openheid. Eigenschappen van water zijn o.a. : bemiddelaar, gemoedelijk, bescheiden, open, inlevingsvermogen, zorgzaam en behulpzaam.

De houding van water is open en ontvangend, de benen naast elkaar op de grond, de armen langs het lichaam. Water stelt zich kwetsbaar op, wil geen tegenstanders. Water is eerlijk en praat vanuit 'wij'. Water luistert echt, heeft begrip en laat zijn eigen pijn zien. Water probeert de ander open te maken.

Teveel van het element water zorgt voor passiviteit.

Lucht

Lucht staat voor soepelheid van denken. Eigenschappen van lucht zijn o.a. : veelzijdig, enthousiast, creatief, makkelijke prater, vernieuwend, speels en inspirerend.

De houding van lucht is in beweging. Lucht kan eigenlijk niet goed op een stoel blijven zitten. De ogen van lucht gaan voortdurend heen en weer: ze combineren, ze delen in, ze scheiden, ze verbinden.

Lucht is snel van geest, kan goed fantaseren en probeert zijn doel te bereiken door oplossingen te verzinnen. Of lucht praat in 'ik' en 'jij' of 'wij' hangt af van de situatie.

Teveel van het element lucht zorgt ervoor dat het doel ontbreekt, men niet meer doelgericht werkt.

Aarde

Aarde staat voor rust. Eigenschappen van aarde zijn o.a. : rustig, serieus, praktisch, organisator, nuchter, zorgvuldig en verantwoordelijk.

De houding van aarde is rustig, stevig, geaard. De voeten naast elkaar op de grond.

Aarde praat vooral op een feitelijke manier, niet meer dan nodig is. Aarde is betrokken, maar dat zal je niet makkelijk zien. Aarde probeert zijn doel te bereiken door zich niet van de wijs te laten brengen. Aarde maakt geen onderscheid tussen 'ik' 'jij' of 'wij'. Aarde houdt zich aan de feiten.

Teveel van het element aarde zorgt voor starheid.