

UITBLINKEN IN CONTACT MAKEN

# Contact Maken

Een doorbraak bereiken in jouw persoonlijke- en/of werkzame leven door contact maken, kan dat?

Verbinden en Herstellen door

---

# Contact Maken

---

Harry Gras en Rokus Loopik geven een online les in Contact Maken.

Een doorbraak bereiken in jouw persoonlijke- en/of werkzame leven door- en met contact maken, kan dat?

Hoe kan het zijn dat jouw vermogen om contact te maken mensen helpt in hun herstel? Hoe kan het mensen helpen zich minder eenzaam te voelen? Hoe kan het mensen helpen zich verbonden te voelen met zichzelf en met de omgeving?

Het lijkt soms science fiction. Evengoed, met een interactieve les laten wij zien, horen en voelen hoe je met eenvoudige, praktische en handzame tips een goede gesprekspartner kan worden.



# Contact Maken

## DEZE ONLINE CURSUS IS VOORAL BEDOELD VOOR:

---

1. Ervaringsdeskundigen
2. Studenten
3. Startende hulpverleners
4. Familie
5. Ervaren hulpverleners
6. Voor iedereen

Wij weten niet of jij je er van bewust bent. Bewust van het gegeven dat een oogopslag, een handdruk die net iets steviger is, een bewuste of onbewuste beweging van jouw lichaam, het fronsen van je wenkbrauwen, het weg- of toedraaien van je lichaam en hoofd naar iemand toe of van iemand af, een klein cadeau, een geste, het verschil kan maken in iemands leven? Het besluit om het roer om te gooien in het leven van iemand met complexe problematiek is afhankelijk van de kleinste details. Alles wat je in de eerste 5 minuten van een nieuw contact doet is beslissend voor de uitkomst van een relatie. Evengoed, hoe bereid je jezelf dan voor op die eerste 5 minuten?

Het is niet de methodiek die bepalend is, maar de persoonlijke relatie. Het is belangrijk om je bewust te zijn van wat je uitstraalt. Bewust zijn van een open houding, uitnodigend, met de bedoeling om echt in contact te komen en daarvoor de tijd te nemen. Onthaast, trek je niets aan van richtlijnen, gun iemand jouw tijd. Die persoon gaat jouw interesse niet meer vergeten. Die persoon komt bij je terug. Vertrouwen in de ander is een doorslaggevende factor in het maken van contact met iemand die jou niet kent. Allemaal makkelijk gezegd, dus.....

In onze lessen gaan we vooral in op wat er nodig is 'vóór' die eerste vijf minuten van een eerste contact zijn aangebroken. Wat kun je doen en waar kun je aan werken vóór die eerste 5 minuten zich aandienen? Hoe kun je volledige vrijheid bereiken om met mensen die je niet kent het contact aan te gaan? Wanneer ben je vrij genoeg om aandacht aan anderen te kunnen geven?

# LEARN TO CONNECT

## Hoe ziet die online Contact Maken Les er precies uit?

### ONDERWERPEN LESMIDDAG

---

1. In gesprek met willekeurige mensen
2. Gesprekken met diepgang
3. Klagers de baas
4. Fout complimenteren
5. Judo en kritiek
6. De echte vraag, wat is dat?
7. Onwetendheid inzetten
8. Advocaat van de duivel
9. Charmeren
10. Kritiek effectief inzetten
11. Spreekangst
12. Subtiel motiveren
13. Gekke adviezen en humor
14. Uitdaging, zelfreflectie en oprechtheid
15. Beleefdheid

In twee ochtenden of middagen (van 3 uur) per maand, organiseren wij de Contact Maken Sessies. Dat lijkt lang, evengoed die uren vliegen voorbij alsof het niets is. Wij zijn het gewend die lessen enerverend, inspirerend, leerzaam en creatief vorm te geven. Je zult je geenszins vervelen. Om het uur lassen we een pauze in, zodat je kunt opladen voor het volgende deel van de les.

Vooralsnog gaan we uit van twee lessen per maand van drie uur. Hoeveel maanden de cursus gaat duren, dat bepalen we met elkaar. Er is geen goed of fout. Niets moet en alles mag. Er zijn geen verplichtingen. It takes two and more people too Tango. We doen dit samen. En dus beslissen we samen of wat wij aanbieden voor jou wel of niet werkt.

Het helpt als we ons allemaal inspannen om van die lessen onvergetelijke bijeenkomsten te maken. Daarom sturen wij je vooraf wat huiswerk. Het is niet veel, maar wij weten uit ervaring dat het bijdraagt aan het effect van de lessen en de uitkomst daarvan voor jou als deelnemer.

Rokus stuurt alle docenten en deelnemers daags voor de training een ZOOM-uitnodiging, met de tijd waarop de meeting gaat starten. Met de toegestuurde 'link' krijg je toegang tot het virtuele leslokaal. Met ZOOM is het mogelijk alles wat de docenten als lesmateriaal opvoeren met de deelnemers, online, te delen.

Het is verstandig een kwartier voor aanvang van de les al verbinding te zoeken, zodat je zeker weet dat alle functies het doen. Het helpt ook als je ruim voor de lessen het programma ZOOM op je computer of smart telefoon hebt geladen.

Misschien beschik je al over een account, dan is het helmaal simpel. ZOOM is overigens gratis beschikbaar. Rokus beschikt over een betaald account, waardoor wij in tijd ongelimiteerd gebruik van ZOOM kunnen maken.

Power Points, Video's, Documenten, Excel-bestanden, agenda's: alles kan via ZOOM gedeeld worden en is op het moment van de les zichtbaar voor alle deelnemers. We kunnen met ZOOM zelfs in subgroepen uiteen.

Wij hebben inmiddels ervaring met het online lesgeven en het overtrof onze stoutste verwachtingen. In sommige opzichten voelden wij meer diepgang in de digitale lessen dan in de lessen die wij in een echt leslokaal hebben gegeven.

De functies die ZOOM biedt zijn talrijk. Je kunt terwijl iemand spreekt een chat-bericht sturen, je kunt virtueel je hand opsteken, zodat de docent weet dat je iets wilt zeggen, je kunt jouw microfoon uitzetten, zodat de mensen die aan het woord zijn geen last hebben van de geluiden in jouw kamer, je kunt even weglopen en weer terugkomen, je kunt even achterover gaan zitten en anderen aan het woord laten, je kunt even je camera

uitzetten, je kunt iedereen zien, of alleen jezelf of de docent. Kortom, het is een zeer gebruikersvriendelijk medium.

Als het binnen de mogelijkheden van deelnemers ligt, dan vragen we voor de lessen een bijdrage. Voor sommige docenten geldt dat alle inkomsten uit werk zijn weggevallen door de crisis waarin ons land en de wereld verkeert. Elke bijdrage is voor ons allen zeer welkom. We gaan uit van een minimum bedrag van €20 per les. Wij hebben er wel en alvast ontzettend veel zin in.

Wij beseffen ons terdege dat de LAY OUT van de les op de vorige pagina weinig inhoudelijke informatie over de les geeft. Wij bieden daarvoor onze verontschuldiging aan. Evengoed, we spreken de hoop uit dat je zult willen vertrouwen op een voor jou zo gunstig mogelijke uitkomst van de lessen. Wij beloven dat alles in de drie lessen tijdens de laatste les 'bij elkaar komt'. Dan zijn er voor jou geen vraagtekens meer. En als die er wel zijn, dan vinden we daar met elkaar alsnog een antwoord op.

Per les gaan we uit van een minimum van 10 deelnemers en een maximum aantal deelnemers van 15 mensen. Dan krijgt iedereen de aandacht die hij of zij verdient. Als je mensen kent die willen deelnemen, laat ze dan contact opnemen met Rokus. We verzorgen die training ook voor jouw hele team.

Dat kan via email: [rokus@icloud.com](mailto:rokus@icloud.com) of via 0681420615.

Wij hebben deze aankondiging ook uitgezet op Social Media en wij zijn er zeker van dat via die weg meer mensen zich zullen opgeven.

Voor nu alvast veel dank voor jouw deelname en aandacht voor het lezen van dit schrijven.

Stuur Rokus een bericht dat je wilt deelnemen. Hij stuurt je vervolgens wat huiswerk en dan zien en spreken wij elkaar snel!

[rokus@icloud.com](mailto:rokus@icloud.com)

Onze eerste ervaringen met deze manier van lesgeven zijn heel positief. In sommige opzichten overtreft het zelfs een verblijf in een saai klaslokaal. Niet bij alle bijeenkomsten, maar zeker bij veel zullen singer-song-writers ons team aanvullen en de bijeenkomst opluisteren met verbindende muziek!

een groet van Rokus en Harry!

PS Al ons materiaal delen wij natuurlijk met jou, de deelnemer. PowerPoints, Video's, alles krijg je van ons aangereikt. Opdat je straks, heel gewoon, contact gaat maken. Met jezelf en met anderen.

