

Ter facilitering gesprek op 27/06/2018 met dhr. De Grave (exploot portfolio op dat moment)

Introspectie of zelfreflectie is een activiteit waarbij de eigen gedachten, gevoelens en herinneringen tot onderwerp van overdenking gemaakt worden. Reflecteren, of reflectie, is het doorgronden en herkennen van processen die bewust en onbewust plaatsvinden binnen de eigen psyche. Het gaat hierbij niet alleen om denkprocessen, maar ook om gedrag. Het heeft vaak betrekking op ervaringen en gebeurtenissen. Reflectie wordt gebruikt om gelijksoortige situaties in de toekomst beter te kunnen hanteren. In deze functie verschilt het niet veel van evaluatie.

Oriëntatie

Bovenstaande intro zegt zowat alles over de cursus, op basis van aangeleverde tools gaan we aan de slag met als doel beter gewapend te zijn om onze ED-rol te kunnen vervullen binnen het GGZ-landschap. Voor m'n reflecties geef ik minder aandacht aan het louter informatieve en/of hoe de GGZ gestructureerd is, dit kunnen we immers eenvoudig nalezen in de vakliteratuur. Veel belangrijker is om meer inzicht te verwerven in onze eigen gevoeligheden en deze in een sterkte om te zetten, van klacht naar kracht. Voor het eerste luik heb ik gekozen voor onderstaande elementen, doch niet los te zien van het tweede luik waarin ik m'n 'eigenheid' meer tot expressie tracht te brengen.

- Kernkwadranten
- Coping
- Rollen
- Werkveldverkenning
- Trajectcoach
- Groepsportret

Eigenheid

Als individu zijn we ingebed in een sociaal weefsel met veel actoren, als een vat vol potentie en doelstellingen die misschien anders zijn dan wat we zelf voor ogen hebben. Voor de cursus geldt dat de herstelgedachte centraal staat maar hoe we die gedachte in praktijk vorm geven kan voor elke cursist anders zijn. Anders gezegd, ondanks de gedeelde doelstelling bestaat er ook onze zogeheten 'eigenheid'. In dit luik ga ik verder door op hoe triggers ons op sleeptouw kunnen nemen en hoe ze tot een individuele perceptie- en/of attitudeverandering kunnen leiden. Deze sectie is geheel persoonlijk, doch ondersteund door het inspirerende werk van experts.

- Triggers
- Denkexperiment
- Paradigmashift
- Elaboratie
- Diagnostiek
- Euthanasie
- Psychodrama
- Sleutelrol

Intentie

In theorie kunnen we wellicht nog oneindig doorgaan met het schrijven van reflecties, dit zou misschien kunnen betekenen dat we de geschiedenis herschrijven en tot de ontvullende vaststelling komen dat het allemaal al eens geschreven werd. De portfolio kan mi daarom slechts een momentopname zijn van een eerder universeel groeiproces dat ieder op zijn/haar manier beleeft. Dit brengt ons tot een integrale benadering waarin we het haast onvermijdelijke menselijke lijden trachten te milderen en/of voorkomen, net zoals we gebeurlijke schade kunnen trachten te herstellen in een sfeer van milde overreding en vergeving. De cursus bekrachtigt deze intentieverklaring, om vervolgens strategieën te bedenken over hoe we een en ander ook in praktijk kunnen omzetten.