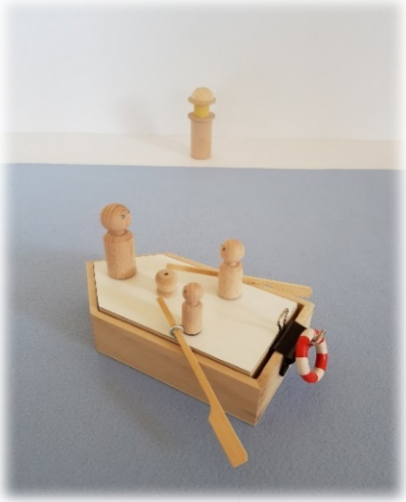
# LIFEBOAT

## Methodiek voor het leven

*'Als je een schip wilt bouwen*
*Moet je werklui niet opdragen hout te verzamelen*
*Je moet niet verdelen en orders geven.*
*Leer in plaats daarvan mensen eerst te verlangen*
*naar de eindeloze zee.'*

*Antoine de Saint-Exupéry (1900-1944)*

Iedereen is anders… Iedereen maakt andere situaties mee… Iedereen gaat op een eigen manier om met nare gebeurtenissen.
En toch… is er een methodiek die voor iedereen inzicht geeft hoe interne en externe processen in een mens werken en elkaar beïnvloeden.
De LIFEBOAT-methodiek maakt simpel duidelijk hoe je zelf als kapitein op je eigen boot invloed hebt op jouw koers én ook hoe ieders golven invloed hebben op de koers van een ander. Allerlei theorieën en modellen (systeemtheorie, trauma-opstelling, duaal procesmodel, etc.) die te maken hebben met hoe wij ons leven leven zijn metaforisch in de Lifeboat uitgewerkt.



De Lifeboat-methodiek is enorm bruikbaar bij een probleem-verhelderingsgesprek, waar dmv de boot direct duidelijk wordt of het probleem in het kompas van iemand zit óf dat het dit veroorzaakt wordt door het gebruik van de peddels óf door externe omstandigheden óf door een combinatie. Het biedt geen oplossing, maar geeft inzicht in mogelijkheden in koerswijziging. Hierbij is iedereen kapitein op zijn eigen boot.

Een getrainde Lifeboat-trainer kan in gesprek met een cliënt opstellingen neerzetten, die direct de kern van het probleem raken, en samen bekijken welke koers bij hem/ haar past. De methodiek werkt enerzijds normaliserend en maakt daarnaast direct duidelijk wat er nodig is.

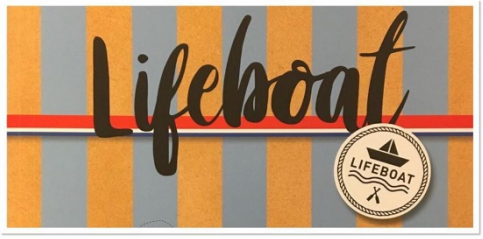
Review van een deelnemer:
*'De Lifeboat-train-de-trainer-training biedt inzicht in het leven met emoties en gedachten, waardoor eenieder makkelijk zijn verhaal en vraagstuk kan integreren in deze visuele opstelling. Het is breed inzetbaar en toepasbaar, waarbij de lading van het verhaal luchtiger wordt doordat degene met wie je werkt objectief naar zichzelf kan kijken als een object/boot. Het werkt verhelderend en analytisch om zo zijn eigen verhaal te kunnen projecteren en uitbeelden, om uit te spreken wat zich afspeelt in zijn leven en waar hij wel of juist geen invloed op heeft. Vele verschillende theorieën en inzichten kunnen in 1 opstelling aan bod komen, naar gelang de opstelling en het verhaal. Het biedt vertrouwen in eigen (veer)kracht omdat de Lifeboat meer inzicht genereert. Dit werkt preventief door in zelfredzaamheid.'*

# LIFEBOAT ~ Methodiek voor het leven

E : info@gertiemooren.nl / T: 06-23776670 / W: www.gertiemooren.nl
E: carla@0-100.eu / www.0-100.eu

Bevat:

- tweedaagse training
- handleiding voor elke deelnemer
- handzame houten boten incl. ‘vaargerei’



Leert:

- (anders) omgaan met levensvragen/verliezen in het leven van cliënt en hun systeem.

Heeft als doel:

- interne en externe menselijke processen visueel en in begrijpelijke taal duidelijk te maken.
- enerzijds te normaliseren, anderzijds direct inzicht te geven in wat er aan de hand is, en of moet worden doorverwezen.

Is bedoeld voor:

- iedereen die met mensen werkt

Is direct in te zetten bij:

- het werken met mensen, zowel individueel als in hun systeem (gezin, klas, team, etc).

Is:

- Preventie !!!

Mogen we jou verwelkomen aan boord?

Gertie Mooren / Carla Stals

E : info@gertiemooren.nl / T: 06-23776670 / W: www.gertiemooren.nl
E: carla@0-100.eu / www.0-100.eu