



RKM OEFENDAG

Zitten in het vuur

Van begrijpen naar aanwezig en
handelingsbekwaam blijven.

Voor professionals, leiders en coaches die de vaardigheid RKM kennen en willen
oefenen met wat er onder druk werkelijk gebeurt.

VIER KEER PER JAAR



VAN ERVARING NAAR KEUZE

Inzicht is nog geen handelingsruimte.

Onder druk is de eerste reactie vaak sneller dan het denken: controleren, aanpassen, overtuigen, verstarren, doorduwen of terugtrekken.

De vaardigheid RKM maakt vijf bewegingen leesbaar. Niet als diagnose of persoonlijkheidstype, maar als training voor het moment tussen gebeurtenis en handelen.

01 ERVARING VERSCHIJNT

Een gebeurtenis, verschil of druk verschijnt.

02 HET LICHAAM REAGEERT

Het lichaam organiseert zich voordat de analyse klaar is.

03 BETEKENIS VORMT

De geest duidt, voorspelt en bouwt een handelingsverhaal.

04 AANWEZIGHEID ANKERT

Je neemt waar zonder direct samen te vallen met de eerste reactie.

05 NIEUWSGIERIGHEID BLIJFT

Je houdt meerdere verklaringen en handelingsmogelijkheden open.

WAAR BEWEGINGSRUIMTE ONTSTAAT

Een collega valt stil na je voorstel. Je eerste impuls is doorduwen of terugtrekken. Door de stilte niet meteen in te vullen, kun je vragen, wachten, begrenzen of herformuleren. Op de rand van het onbekende wordt meer dan één volgende beweging beschikbaar.



DE OEFENDAG

Denken en handelen terwijl het systeem onder druk staat.

We werken met actuele professionele situaties en met wat tijdens de dag in de groep zichtbaar wordt.

01 AFSTEMMEN

Vraag, context, werkgrenzen en gewenst oefenniveau.

02 VERTRAGEN

Gebeurtenis, lichamelijke respons en betekenisgeving waarneembaar maken.

03 OEFENEN IN HET VUUR

Via casuïstiek en live interactie voeren we de druk zorgvuldig op.

04 INTEGREREN

Vertalen naar beïnvloedbare keuzes en een eerstvolgende proef in de praktijk.

Niet alleen begrijpen wat er gebeurt.
Beschikbaar blijven terwijl het gebeurt.



VOOR WIE

Periodiek onderhoud voor je aanwezigheid.

Voor oud deelnemers, coaches, leidinggevend en professionals die met de vaardigheid RKM hebben gewerkt.

Elke dag is afzonderlijk te volgen. Wie terugkomt, gebruikt de reeks om te oefenen, terug te keren naar de praktijk, opnieuw waar te nemen en bij te stellen.

JE OEFENT MET

waarnemen voordat je verklaart
lichamelijke informatie meenemen zonder impulsief te handelen
feit, respons en betekenis onderscheiden
verschil en onzekerheid verdragen
invloed uitoefenen zonder het contact te verlaten

Data, locatie en aanmelden via debezinding.nl