



1



2



3



4

Ervaringskennis



Het hebben van ervaringen met ontwrichting, ingrijpende gebeurtenissen, beperkingen en het herstel hiervan. Het leren omgaan met die ontwrichting en het reflecteren hierover en er andere ervaringsverhalen en bronnen bij betrekken.

Wanneer je met deze kennis vervolgens anderen kunt bemiddelen, informeren of verder kunt helpen, wordt er gesproken over het functioneel inzetten van eigen ervaringen.

5

Een mix aan gevoelens



Kracht en kwetsbaarheid
Trots en schaamte

6

Kracht &
Kwetsbaarheid

1 Op welke wijze scherm jij je af voor je kwetsbaarheid?

2 Op welke wijze zou jij je kwetsbaarheid willen omarmen

7

Trots en schaamte

1. Waar ben je trots op?
2. Hoe ga je om met trots?
3. Hoe heb je dat vanuit je kerngezin geleerd?
4. Waar schaamt jij je voor?
5. Hoe ga je om met schaamte?
6. Hoe heb je dat vanuit je kerngezin geleerd?

8



Je ervaringen uitwerken in een verhaal

= eerste stap bij het ontwikkelen van ervaringskennis

9



Levensverhaal
Ervaringsverhaal
Herstelverhaal

10

Op reis door je leven

Je doet nieuwe inzichten op en bepaalde periodes kunnen worden afgesloten of vanuit een ander perspectief worden bekeken. Je herschrijft als het ware jouw verhaal waarbij je kijkt naar wat je in de toekomst wilt doen of wilt afsluiten.

11



Voordelen en valkuilen bij het inzetten van eigen ervaringen

12

Voordelen bij het inzetten van eigen ervaringen



13

Valkuilen bij het inzetten van eigen ervaringen bij cliënten en in teams



14

Van ervaring naar het inzetten in de praktijk

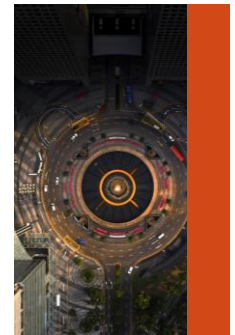
- Stap 1: Welke ervaringen zet ik in?
- Stap 2: Bij wie zet in mijn ervaringen in?
- Stap 3: Wanneer zet ik mijn eigen ervaringen in?
- Stap 4: Waarom zet ik mijn eigen ervaringen in?
- Stap 5: Hoe zet ik mijn eigen ervaringen in?



15

Ervaringskennis

- Fijnevoeligheid inzetten en benutten.
- Belangrijke tool = reflecteren in actie - in het moment.
- Zien- waarnemen - gewaarzijn in het hier en nu.



16



Smaakt dit naar meer?

[Inzet van eigen ervaringen in Zorg en Welzijn | HanzePro](#)

Start op 30 september 2022

SKJ registratiepunten = 26.25

Registerpleinpunten = 30

Lkruit@pl.hanze.nl

www.lennykrull.nl