

Jaarverslag Noloc Kwaliteitskenniskring 2018 Zwolle / Deventer.

Algemeen:

Gemeenschappelijk thema voor 2018 is de context van ons werk. De verschuiving van rol en positie van de loopbaanadviseur en HRM, duurzame inzetbaarheid binnen organisaties met leren en ontwikkelen, ook voor nog niet participerende mensen.

In 2018 zijn er enkele nieuwe deelnemers en bestaat de kring uit 12 personen. Er zijn 6 bijeenkomsten geweest in 2018, te weten: 31 januari, 28 maart, 30 mei, 29 augustus, 31 oktober en 19 december.

Bij deze een ieder bedankt voor de inzet van alle mooie bijeenkomsten.

Thema's die behandeld zijn:

31-01-2018: Marie Louise Rickhoff: Duurzaam HRM: Onderscheid tussen HRM en HRD: 2 artikelen van o.a. Peggy de Prins en Juliëtte Walma worden vooraf gelezen door de deelnemers van de kenniskring en deze artikelen zijn aanleiding voor informatie over de ontwikkelingen binnen HRM, de behoefte aan meer duurzame HRM en een discussie over het onderscheid tussen HRM en HRD. Er komt steeds meer aandacht voor HRD (human resource development). De mens komt zelf pas in beweging wanneer hij urgentie ervaart. Zingeving is belangrijk en de timing speelt eveneens een grote rol. Wanneer is iemand zover om te gaan bewegen? Duidelijk is dat het voor een ieder anders is, een persoonlijk en individueel proces.

28-03-2018: Wendela van der Meiden Thema van de bijeenkomst is Jobmarketing en de "bijbel" is het boek van Aaltje Vincent Jobmarketing 3.0. Hoe vind je tegenwoordig nieuw werk, hoe geef je vorm aan je eigen loopbaan, nu en voor in de toekomst. Bespreken met elkaar de werkwijze in de begeleiding van de cliënten, wat doet de cliënt zelf en wat doe je als begeleider voor de cliënt. Andere interessante boeken zijn: Sollicitatiegesprekken doe je zo (Aaltje Vincent), Recruitment via Social Media (Jacco Valkenburg), het Social Media Handboek (Fiona Stoop). Je tweede carrière (Donald Suidman), dit boek staat vol met ervaringsverhalen, informatieve overzichtsartikelen en praktische tips. Invuloefeningen en checklists zetten de lezer aan het werk. Kijk ook eens op <https://www.werk-in.nl>, Twiba.nl is nog interessant ook al lijkt Twitter gebruik wat af te nemen, Instagram kan ook een interessante manier zijn om werk te veroveren.

30-05-2018: Algemeen: Thema: AVG na de invoering van de wet, stand van zaken en invulling binnen verschillende organisaties. Discussie over wat wordt onder persoonsgegevens verstaan en wat moet wel / niet vastgelegd worden en hoe gaan de verschillende organisaties met deze informatie om en wat zijn de consequenties van AVG in het werk.

29-08-2018 Loes ten Cate Thema CFT, Compassion-Focused Therapy. Welke rol speelt (zelf)compassie in ons leven en in ons gedrag, richting zelf en richting anderen. Er zijn meerdere boeken geschreven over dit thema, oa compassie als sleutel tot geluk, compassievol leven, compassion focused therapy in de praktijk. Er bestaat een Zelfcompassie vragenlijst, die we invullen om inzicht te krijgen in onze eigen mate van zelfcompassie. Vervolgens doen we een oefening met als doel onze zelf compassie te vergroten.

31-10-18: Erna Gerrits neemt ons mee in haar verhaal hoe Stichting Coloriet (Ouderenzorginstelling) in Lelystad invulling geeft aan Duurzame Inzetbaarheid. Ze is hier werkzaam in de functie van Adviseur Verzuim en Inzetbaarheid (2,5 dag) naast haar bedrijf, ze werkt vanuit de afdeling HRM. Duurzame Inzetbaarheid hebben ze gekaderd: regie nemen over je loopbaan, gezondheid en vitaliteit en werkplezier. Er wordt niet gesproken over verzuim maar over werkplezier. Ze handelen ook heel sterk vanuit hun visie: 'Het leven is van jou'. Dit gebruikt Erna ook in de individuele gesprekken. Ze werken met het huis van werkvermogen -> Erna zal dit model delen via mail met ons. Ook hebben ze een providerboog ontwikkeld zodat de medewerker weet bij wie hij terecht kan -> Erna zal dit

voorbeeld ook delen. Er is veel ruimte voor ontwikkeling in de organisatie. Aan de hand van stellingen vindt er een interessante discussie plaats. Iedereen is onder de indruk van de financiële ruimte en mogelijkheden die er zijn in de organisatie van Erna.

19-12-18 Wilma Schönberger neemt ons mee in haar expertise over voeding, depressie en stress en het belang van ont-stressen. Haar verhaal is gebaseerd op haar uitgebreide kennis vanuit het CSR centrum, de IEMT training en vanuit andere bronnen, zoals de boeken:

- Gek op stress, maar niet altijd Suzan Kuijsten & Carolien Hamming
- Het emotionele DNA, prof. Dr. Pierre Capel
- Het energieke vrouwenvoedingskompas, Marjolein Dubbers
- Stress en voeding, Wiliam Cortvriendt (Hoe word je 100 en Lichter)

Het is onmogelijk om volledig verslag te doen van alle kennis die Wilma met ons heeft gedeeld, hieronder een aantal voorbeelden en een aanvulling die ze me later stuurde.

- Stress heeft directe invloed op de hersens, hormoonbalans en transcriptiefactoren (genen 'aan- en uitzetten').
- Een beetje stress is ok, je hebt altijd een keuze hoe er mee om te gaan.
- Effect van werk op stress, cirkel van invloed.
- Stressoren zorgen voor activatie van zenuwen en het aanmaken van hormonen (o.a. cortisol).
- Effect van voedingsstoffen op hormoonbalans
- Bij het dwalen door emoties, wat een doorgaand proces kan zijn als je richting BO gaat, kunnen de emoties met behulp van de IEMT techniek weggehaald worden, evenals andere zaken die spelen.

We doen een oefening waarbij een ieder een actuele/favoriete emotie kiest en die fysiek uitbeeldt. We ervaren wat voor effect het heeft als er één onderdeel van onze fysieke houding door een ander wordt veranderd, hoe anders je die emotie dan ervaart.