



# train-de-trainer

# Je leven in één herinnering

werken aan zingeving en verbinding  
met de kracht van verhalen

## Stel dat je één herinnering uit je leven mee mag nemen naar de eeuwigheid, welke kies je dan?

In deze tweedaagse training leer je werken met deze vraag in de Wonderful Life interventie, een krachtige evidence based methode die mensen verrassend snel bij hun eigen essentie brengt. De interventie leidt tot een diep doorleefde verbinding met persoonlijke bronnen van zingeving, alsook met de universele waarden en existentiële thema's die we als mensen delen.

Deze narratieve interventie is door coach en onderzoeker Jacky van de Goor ontwikkeld gedurende haar promotieonderzoek naar zingeving aan het StoryLab van de UTwente, en verfijnd door jarenlange toepassing in de praktijk. Zij biedt deze aan in de vorm van workshops *Je leven in één herinnering*, genoemd naar het gelijknamige boek. Op veler verzoek is er nu deze train-de-trainer, waarin je als professional met deze methode leert werken en concrete handvatten krijgt aangereikt om deze toe te passen in je eigen praktijk.

## Evidence based methode

De kern van deze interventie wordt gevormd door één persoonlijke, betekenisvolle herinnering. Je begeleidt deelnemers in een dialogisch proces, waarin ze deze herinnering kiezen, delen en stap voor stap verkennen welk appel deze herinnering op hen doet, om nu en in de toekomst een zinvol leven te leiden. De ontmoeting staat hierin centraal, die je faciliteert vanuit stilte en de bewustwording van zin als fysieke, belichaamde ervaring. De methode is geschikt voor verschillende doelgroepen, en kan worden toegepast zowel als groepsinterventie als in één op één begeleiding.

## Deze train-de-trainer biedt je:

- ★ kennis van de grondbeginselen van de narratieve psychologie: de kracht van verhalen
- ★ inzicht in de nieuwste perspectieven op zingeving vanuit de wetenschap, als fundament voor de Wonderful Life interventie
- ★ kennis van en ervaring met de werking van de Wonderful Life interventie: de opbouw en (wetenschappelijke) onderbouwing van de stappen, aan de hand van het dialogisch gedachtegoed van Martin Buber.
- ★ concrete handvatten en oefening met het toepassen van de interventie, waaronder:
  - ✦ narratief interviewen
  - ✦ werken met stilte
  - ✦ het bevorderen van verwondering als basishouding bij deelnemers én jezelf als facilitator
- ★ inzicht in de verschillende toepassingsmogelijkheden van de interventie:
  - ✦ in groepen, in teams of in individuele begeleiding
  - ✦ werken met alternatieve vraagstellingen en andersoortige betekenisvolle herinneringen (piekmomenten, contrastervaringen, ...)
  - ✦ aandachtspunten en contra-indicaties.
- ★ een op maat ontwikkeld plan gericht op de toepassing van de Wonderful Life interventie in je eigen praktijk.

Het programma bestaat uit twee afzonderlijke trainingdagen. Tussen de dagen in ga je in je eigen praktijk aan de slag met een concrete opdracht.

## Voor wie

De train-de-trainer is er voor ervaren coaches, trainers, docenten, geestelijk verzorgers en andere professionals in zorg, welzijn, onderwijs en HR, die mensen ondersteunen bij vragen rondom zingeving in leven en/of werk.

Ervaring met het werken in groepen is niet noodzakelijk maar wel een pré, aangezien het delen van verhalen met anderen als onderdeel van de methodiek aantoonbaar meerwaarde heeft. Heb je vragen, neem dan contact op ([jackyvandegoor@legende-advies.nl](mailto:jackyvandegoor@legende-advies.nl)) om te bespreken of deze training passend is.

## Je ontvangt

- ★ het boek *Je leven in één herinnering* (Uitgeverij Ten Have, 2021)
- ★ het draaiboek voor de Wonderful Life interventie (i.e. de workshop *Je leven in één herinnering*)
- ★ relevante achtergrondartikelen gebaseerd op onderzoek naar zingeving, verwondering en de kracht van verhalen, vanuit de narratieve en positieve psychologie
- ★ een certificaat van deelname



## Praktische zaken

- ★ Trainingsdata:  
Groep 7: 7 en 28 februari 2025  
Groep 6: 5 & 26 september 2025
- ★ Werktijden van 9.30 – 17.00 uur
- ★ Locatie: Eindhoven
- ★ Maximaal 8 deelnemers
- ★ Kosten bedragen € 595,= exclusief 21% btw

### *Incompany*

Deze training wordt ook incompany aangeboden. Het programma stemmen we daarbij op maat af, zodat het optimaal aansluit op de doelgroep en de doelstellingen van jullie eigen organisatie. Interesse? Bel of mail om de mogelijkheden te verkennen.

## De docent

Dr. ir. Jacky van de Goor werkt als leiderschapstrainer, coach, wetenschappelijk onderzoeker en auteur aan vitale mensen en vitale organisaties. Zingeving staat daarin centraal: doen wat ertoe doet, vanuit verbinding met jezelf en de ander.

Zij werkt vanuit haar eigen bureau Legende en is als docent verbonden aan Emmius school voor Zingeving en aan de Masteropleiding Positive Psychology & Well-being van Tilburg University. Daarnaast is zij al 25 jaar een bevlogen beoefenaar van improvisatietoneel, en geeft zij lezingen, workshops en gastcolleges. Haar praktijkervaring combineert ze daarbij met wetenschappelijke inzichten en speelse, prikkelende interventies.

Meer informatie op [www.legende-advies.nl](http://www.legende-advies.nl).



## Aanmelden

Je kunt je aanmelden door een mail te sturen naar [jackyvandegoor@legende-advies.nl](mailto:jackyvandegoor@legende-advies.nl) o.v.v. 'inschrijving train-de-trainer' plus gewenste data. Twijfel je over deelname? Mail of bel dan gerust (06-42239328), dan bespreken we samen je vragen.