

## Persoonlijke en professionele moed:

### Onmisbaar bij de aanpak van huiselijk geweld

Kernvraag voor de cursus Persoonlijke en professionele moed is: 'Hoe kunt u vanuit uw professie en mens-zijn werken aan afname van risico's op herhaling van geweld, actief bijdragen aan herstel en het duurzaam stoppen van geweld?'

We doen dit aan de hand van diverse op de praktijk gerichte werkvormen en ervarings- en vakliteratuur. De casusopdracht en de eindopdracht 'gloed van je moed' zijn in het programma de toetsing.

Accreditatie bij SKJ 25.6 punten, beoordeling 2024: Gehele cursus: 8,1, docenten: 8,7.

### Doelen van het programma:

- Het versterken van de ervarings- en kennisbasis (Een kwestie van lange adem als uitgangspunt) en competenties van medewerkers in tal van instellingen bij de aanpak van geweld in relaties door gezamenlijk van en met elkaar te leren.
- Duurzame verandering teweegbrengen in het stoppen van geweld door competenties en handelingsrepertoire in het maken van contact met cliënten te versterken door onder andere de professionele en persoonlijke moed die daarbij nodig is te onderzoeken.
- Een verdieping of verrijking op thema's als (intergenerationale) geweldspatronen, ervaringskennis en samenwerking.
- Borgen van verbeterde samenwerking door structurele verankering in het werken aan het duurzaam stoppen van huiselijk geweld.

### Thematisering en verdieping op maat

In dialoog met de opdrachtgever maken we het programma op maat voor de deelnemers. Daarbij sluiten we aan op de deelnemende professionals, de organisaties waar zij voor werken en de keten waarin zij samenwerken. Daarnaast betrekken we telkens actuele ontwikkelingen die vragen om moed in de aanpak van geweld in afhankelijkheidsrelaties. We werken als docenten vanuit onze driehoek (ervaringskennis, praktijkkennis en reflectie op leren en onderzoek) actief samen met deelnemers en reflecteren we op hun werk. De dialoog met opdrachtgevers, zowel in voorbereiding als in een nagesprek, versterkt de inbedding en de kwaliteit van het programma. Over deze thematische verdieping leest u later in deze folder meer.

“Laten we samen deze reis maken, met veiligheid als onze basis.” - Deelnemer cursus



## De modules:

### Dag 1: Exploreren wat moed (voor mij) betekent en onderzoek van belangrijke waarden. Accent op herkennen en handelen.

De moed om ervaringskennis te verbinden aan het praktijkwerk. Wat kan moed betekenen? Onder begeleiding van Hameeda Lakho en Sietske Dijkstra gaan deelnemers aan de slag met de eigen ervaringskennis, dat kan op het gebied van eigen ervaringen met huiselijk geweld maar ook andere ervaringen die samenhangen met onderdrukking, geweld of uitstoting. Hoe zet je ervaringskennis om in ervaringsdeskundigheid, wat wil en kan je daarin als professional meenemen in je werk en hoe is dit ondersteunend in de aanpak van huiselijk geweld.

### Dag 2: Hoe versterken we door moed de samenwerking in team organisatie en keten. Accent op verantwoordelijkheid en duurzaam veranderen.

Aan de hand van casuïstiek onderzoeken de deelnemers met Kirsten Regtop en Sietske Dijkstra waar en hoe voor hen moed van betekenis is. Hoe zij dit in kunnen zetten. Steun zoeken en bieden aan cliënt en collega, analyse vanuit expertises samenbrengen, in- en uitzoomen (Capability Approach) om beweging te krijgen in casuïstiek en aannames en vooroordelen te onderzoeken, durven handelen en bespreekbaar maken, moed om kwetsbaar te zijn en te verbinden vanuit zichzelf én de professionaliteit behouden. Ook is er aandacht voor belichaamde ervaringskennis, zoals bijvoorbeeld intuïtie en onderbuikgevoelens.

### Dag 3 (halve dag): Betekenisvol werken en doen wat nodig is (leefwereld voorop en systeemwereld daaraan dienstbaar maken). Accent op verdieping en presentaties deelnemers

Presenteren wat de 'gloed van moed' is voor de deelnemers met alledrie de docenten inclusief reflectie daarop. Welke moed is aangeboord en welke moed wil men tonen. Waar ligt de verbinding met de werkvloer en waar liggen kansen tot het verbeteren van het ketenwerk en de lange adem. Voornemens en een actiepoint vaststellen.

### Optioneel: Follow up bijeenkomst

De follow up bijeenkomst verankert het proces van verandering in de praktijk. Deelnemers worden uitgedaagd een volgende stap te zetten en dit vorm te geven in versterkte ketensamenwerking. Er is ruimte om te werken aan het eigen vraagstuk of juist een nieuw vraagstuk in te brengen. Uitwisseling van ervaringen en reflectie. Een lange adem is nodig om de soms weerbarstige en langdurige geweldsproblemen aan te passen, maar het vereist ook afgestemde samenwerking en het vermogen om de kern van de zaak te raken. De follow up bijeenkomst draagt bij aan het realiseren van een lange adem en betere borging in de uitvoeringspraktijk en organisaties.

## Maatwerk:

Voorbeelden van thematische verdieping zoals die kan worden aangebracht door de docenten:

### Psychisch geweld

De aankomende wetgeving en aandacht voor dwingende controle en de doorwerking in de aanpak van geweld

### Geweldspatronen

Aandacht voor de structuur en de machtsverhoudingen onder de incidenten

Aandacht voor samenhang met verslaving en opvoedproblemen

De rol van intergenerationeel trauma en het bespreekbaar maken daarvan

### Ervaringskennis inbedden

Onderzoek van persoonlijke en professionele moed

Integreren van levenservaring en vakkennis en groeien in je vak

Elkaar durven aanspreken op goed werk en verbindende samenwerking



### Wat deelnemers zeggen:

“ Moed is staan voor je verantwoordelijkheid.  
Vertrouwen en veiligheid zijn cruciaal voor ons werk.”

“Moed als moreel kompas. Zolang we geen  
gezamenlijk doel hebben, zijn we niet krachtig genoeg.  
In de samenwerking kunnen we elkaar positioneren.”

## Methodische principes van het programma:

- Bodem van veiligheid en vertrouwen waarop een community of practice wordt gebouwd
- Leren in de keten, van samenwerken elkaars waarden kennen en fricties doorwerken
- Feedbackloops voor het bestendigen van gedragsverandering
- Tevoorschijn komen in de Gloed van je Moed en inhoud verrijken
- Reflecteren op casussen: In de casus, van de casus en over de casus heen
- Verbinden van ervaringskennis, onderzoekskennis en vakkennis en onderzoeken van moed

## Doelgroep

Sociale professionals uit jeugdzorg, Veilig Thuis, wijkteams, vrouwenopvang, Raad voor de Kinderbescherming, politie, gedragsdeskundigen, (school)maatschappelijk werkers, jeugdgezondheidszorg, ervaringsdeskundigen, reclasseringswerkers en slachtofferhulp.

## Eerdere en huidige opdrachtgevers o.a.:

Gemeente Den Haag; Ketensamenwerking en ervaren medewerkers sociale teams.  
Veiligheidsregio Friesland: o.a. Ketensamenwerking Veilig Thuis, Fier, Jeugdconsulenten  
Reclassering Nederland, Ouder-Kind Teams (OKT) Amsterdam

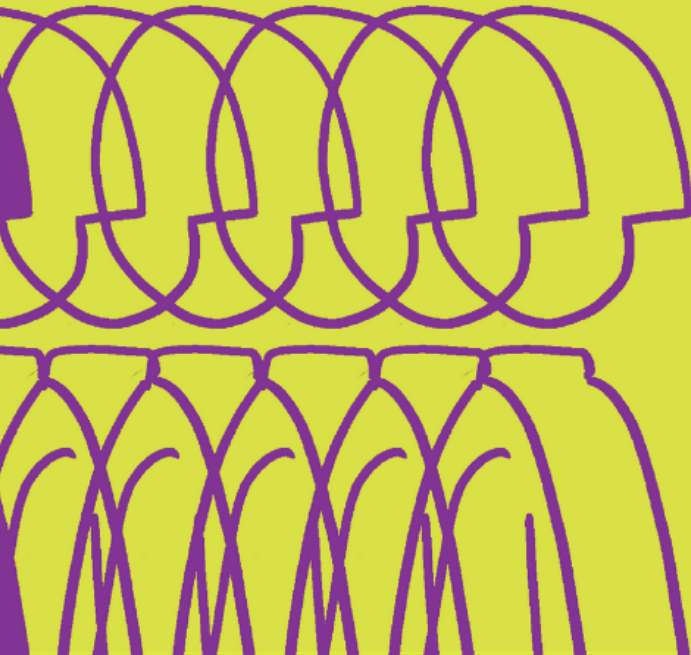
## Behoeftegesprek en terugkoppeling

Voorafgaand aan een incompany training wordt een behoefte- en kadergesprek georganiseerd en na afloop van de cursus volgt een terugkoppeling met aanbevelingen voor beleid en praktijk. In het behoeftengesprek wordt desgewenst in overleg ook de deelnemersgroep nader bepaald en de thematische accenten en verdieping besproken. Na afloop van de cursus keren we met evaluatie en observaties terug naar de opdrachtgevers, om zo het leerproces en de leerresultaten zo goed mogelijk te borgen en over te dragen.

Er is een basisprogramma beschikbaar (2 dagen en een terugkomdag) en een aanvullend scholingsaanbod (2 dagdelen, workshop of een extra verdiepings- of inspiratiedag).

## Investering en samenwerking

In een persoonlijk gesprek onderzoeken we de behoeften opdrachtgever, delen we ervaringen en lichten we maatwerk opbouw en investering voor de organisatie toe. De locatie, catering, logistieke organisatie en de deelnemerslijst wordt door de opdrachtgever verzorgd. Vanuit team Moed wordt de inhoud en leeromgeving geboden, inclusief digitale opdrachten en literatuur. Na afloop ontvangen deelnemers de accreditatiepunten.



## Deelnemers leren:

- Verbinding te leggen tussen ervaringskennis en vakkennis in hun dagelijkse handelen
- Onderzoeken en exploreren moed en waarden in het contact met de cliënt in hun werkveld
- Persoonlijke moed te versterken in het aangaan van contact met de cliënt.
- Samenwerking in de keten te versterken door het thema moed te exploreren
- In dialoog vakkennis en persoonlijke en professionele moed in te zetten ten dienste van de cliënten en gezinnen met het doel om geweld in relaties duurzaam te stoppen.
- Reflecteren op de mismatch tussen hulp bieden en hulp ontvangen in het werk van alledag en onderzoeken mogelijkheden om deze kloof te verkleinen
- Geweldspatronen te herkennen en benoemen en om te zetten in passende acties met aandacht voor veiligheid en empowerment van alle gezinsleden.
- Waarden en normen te herkennen van waaruit zij en hun collega's handelen, in staat om met een diversiteit van betrokkenen om te gaan en zich realiseren welk effect kernwaarden hebben op empowerment en duurzame verandering. Reflectie docenten
- Ervaringskennis en vakkennis integreren in het werkproces

Wanneer  
sprong jij  
voor laatst  
in het  
diepe op  
je werk



## Reflectie docenten

### Ervaringskennis en vakkennis integreren in het werkproces

De deelnemers aan de Moed cursus hebben waardevolle inzichten en vaardigheden opgedaan die hen helpen om met meer zelfvertrouwen en veerkracht in het leven te staan. Ze hebben geleerd hoe ze hun angsten kunnen overwinnen, effectiever kunnen communiceren en hun persoonlijke doelen kunnen bereiken. Door middel van interactieve oefeningen en inspirerende gesprekken hebben ze niet alleen hun eigen moed ontdekt, maar ook een sterke gemeenschap opgebouwd waarin ze elkaar steunen en aanmoedigen. Deze cursus heeft hen niet alleen geholpen om hun eigen grenzen te verleggen, maar ook om een positieve impact te maken op hun omgeving.

### Reflectie en leeropbrengsten deelnemers

#### Moed als ingang voor krachtig werk

“Moed is een centraal thema dat ons inspireert. Wees eerlijk naar jezelf en je collega's, en ontdek de kracht van voelen. Verbinding met jezelf en veiligheid zijn essentieel. Gedeelde smart is halve smart; je staat er niet alleen voor, en dat biedt hoop.”

#### Verfrissend en kunst van verbinden

“Nodig jezelf uit om dieper in te gaan op de kracht van inlevingsvermogen, vooral in situaties waar geheimen spelen. Het is een ontdekkingsstocht naar de impact die we hebben op elkaar. Aanvankelijk dacht ik: "Weer een cursus", maar na bijna 20 jaar in de hulpverlening was ik aangenaam verrast. Wat ik meeneem? De kunst van verbinding met cliënten en het vermogen om te laveren in complexe situaties.”

### Diepere interactie, voorbij de gewoonte

“De interactie was verrijkend, veel meer dan alleen theorie. Neem jezelf mee in je werk en laat de kracht van de deelnemers de cursus kleur geven. Voel je veilig om je innerlijke proces te delen; de groep bood een warme omgeving.”

“Laten we ook aandacht hebben voor veiligheid op de werkvloer. Hoe we onze kwetsbaarheid delen, kan invloed hebben op hoe anderen ons zien. Wees flexibel en creatief, en breng gevoel terug in je werk met een open hart.”

### Menselijkheid en aandacht voor lichaam

“We leren dat het niet altijd gaat om het maken van een verschil, maar om de echte connectie en menselijkheid. Het is de kracht van samen zijn, met een open hart. De inzichten over hoe HG ons lichaam beïnvloedt waren bijzonder waardevol en ontroerend. Ik voelde een sterke openheid, vertrouwen en veiligheid binnen de groep.”

### Integratie van waarnemen, voelen en denken

“Laten we genuanceerd afstemmen tussen waarneming, denken en gevoel. Praktische wijsheid in actie brengt plezier. Gebruik je eigen ervaringen als triggers om te groeien. Onthoud: een pleger is ook een mens. Laten we ons niet verstrikken in oordelen, maar leren en onszelf uitdagen.”

### Persoonlijke en professionele competenties om echt aanwezig te zijn

“Neem de tijd om te vertragen en wees oprecht nieuwsgierig. Laat je raken door de kracht van intentie en de moed om het juiste te doen. Verken je innerlijke overtuigingen en reflecteer op jezelf. Kijk vanuit verschillende perspectieven, want pijn komt in vele gedaantes.”



Wanneer  
sprong jij  
voor laatst  
in het  
diepe op  
je werk

Meer informatie: [Moedigemensen.nl](https://moedigemensen.nl) of e-mail naar:  
[info@moedigemensen.nl](mailto:info@moedigemensen.nl)

## Reflectie opdrachtgevers

We zijn verheugd om de positieve reacties te delen die we hebben ontvangen na de cursus Professionele en persoonlijke moed van onze opdrachtgevers. De impact van deze cursus is duidelijk voelbaar en inspireert ons allemaal!

Jacobien Lugtenborg, Teammanager Veilig Thuis Friesland

Het is prachtig om te zien hoe de deelnemers niet alleen leren, maar ook met hernieuwde motivatie en energie terugkeren naar hun werk. "De collega's die ik gesproken heb, waren allemaal enthousiast." Dit enthousiasme is aanstekelijk en creëert een positieve sfeer binnen de afdeling en de keten. De training biedt een waardevol rustmoment om na te denken en jezelf te spiegelen, wat leidt tot een bredere blik op de dagelijkse situaties die we tegenkomen.

Ria Andrews, Programmamanager Geweld in  
Afhankelijkheidsrelaties regio Haaglanden, GGD Haaglanden en. Gemeente

Den Haag

"Vanuit de GGD GIA heb ik al tweemaal een bijzondere en gewilde training mogen aanbieden in onze regio." De vraag naar deze training is zo groot dat er zelfs wachtlijsten zijn ontstaan!" Echt een mooi cadeau en bijzonder helpend voor diegene die het mooie, moeilijke werk doen."

Laten we samen blijven investeren in de ontwikkeling van onze teams en de kracht van MOED omarmen. Het is een stap naar een sterkere, meer verbonden werkomgeving!





## Driehoek wetenschap, ervaringsdeskundigheid en praktijk

Vanaf 2017 hebben we een driehoek gevormd in de ontwikkeling en uitvoering van de cursus persoonlijke en professionele moed. Vanuit de gedachte dat niet alleen noodzakelijk is de kennis, ervaring en praktijk samen te brengen, maar er een grotere meerwaarde is dan enkel complementair te zijn. Namelijk dat persoonlijke en professionele groei gerealiseerd kan worden door deze drie punten met elkaar in verbinding te brengen.

### Over de de docenten

#### Dr. Sietske Dijkstra, hoofddocent

Dr. Sietske Dijkstra, gepromoveerd psycholoog sinds 2000 en sociaal ondernemer vanaf 1998, is een expert relationele veiligheid en deskundig in de aanpak van geweld in relaties. Ze geeft en ontwerpt als ervaren en vaknieuwsgierig docent tal van cursussen in (na)scholing en opleiding. Andere cursusthema's zijn geweldspatronen, intergeneratieel trauma, belichaming, en ongewenst contactverlies. Ervaringskennis, reflectie op casuïstiek en belichaamde en muzische werkvormen zijn in het cursusrepertoire opgenomen. Ook ontwierp ze met embodied educator Liz Wientjes een belichaamd retreat: Thuiskomen in je lichaam groeien in je vak die in het buitenland en op verzoek kan worden geboden. In haar laatste boek De kracht van ervaring (2024, Elikser) schenkt ze aandacht aan vier met elkaar samenhangende thema's in haar werk en leven: Thuis, Geweldspatronen, Belichaming en Collectief leren. Sinds 2021 is ze als commissielid verbonden aan het Schadefonds Geweldsmisdrijven. Eerder was ze bijna acht jaar lector bij een hogeschool. [Fran.Dijkstra@gmail.com](mailto:Fran.Dijkstra@gmail.com) en [www.ontplooiing.net](http://www.ontplooiing.net)



#### Hameeda Lakho, ervaringsdeskundigheid

Hameeda Lakho is auteur en expert op het gebied van huiselijk geweld en kindermishandeling. Als eigenaar van haar eigen bureau en initiatiefnemer van de Academie voor Herstel en Ervaringsdeskundigheid, zet zij zich in voor beleidsontwikkeling en kennisoverdracht in de zorg- en veiligheidssector. Met haar unieke aanpak, die professionele ervaringsdeskundigheid combineert met diepgaande kennis, werkt ze samen met overheden en organisaties aan projecten die het leven van slachtoffers verbeteren. Als herstelcoach ondersteunt Hameeda slachtoffers met coaching en begeleiding.

Hameeda heeft verschillende autobiografische boeken geschreven, waaronder bestseller "Verborgene tralies" met ruim 250.000 verkochte exemplaren in Nederland. Haar werk heeft niet alleen nationale, maar ook internationale impact, met 8 vertalingen bij toonaangevende uitgeverijen. In haar laatste boek, "Zie je mij", verkent ze de impact van deze thema's en biedt ze waardevolle inzichten van voormalige slachtoffers, plegers en trauma-specialisten. Het boek is een bron van inspiratie voor hulpverleners zoals sociaal werkers, psychiaters en verpleegkundigen, en moedigt hen aan om de hele mens te zien, met al zijn of haar emoties en veerkracht.

Voor haar betekenisvolle werk en inzet voor mensenrechten, kindermishandeling en lotgenotencontact werd Hameeda Lakho benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau. Ontdek meer over haar werk op [www.hameedalakho.nl](http://www.hameedalakho.nl) en [www.herstel-ervaringsdeskundigheid.nl](http://www.herstel-ervaringsdeskundigheid.nl)



## Kirsten Regtop, praktijkdeskundige

Kirsten Regtop is in 2005 afgestudeerd als maatschappelijk werker. Toen zij in 2008 in Utrecht kwam te werken als outreachend maatschappelijk werker kwam zij voor het eerst letterlijk in aanraking met huiselijk geweld. Omdat zij niet wist wat zij kon doen en ook merkte dat de kennis en de vaardigheden die zij nodig had niet bekend waren, is zij zich verder gaan specialiseren in de aanpak van huiselijk geweld.

In haar tijd in Utrecht heeft zij zich vastgebeten in het onderwerp en ook vele collega's proberen te inspireren om in actie te komen bij huiselijk geweld situaties. Ze begon in 2015 een blog over het werken met huiselijk geweld situaties als sociaal werker. Deze blog heeft zij ook voortgezet toen zij in september 2015 bij Veilig Thuis Noord Oost Gelderland kwam te werken. Daarmee wist zij jaarlijks 10.000en mensen te bereiken.

Inmiddels draagt zij haar kennis en ervaringen over op professionals door het geven van trainingen aan professionals vanuit Fabriek69. Ook geeft zij advies over de professionalisering van de aanpak binnen (gemeentelijke) organisaties.

Meer over het werk van Kirsten lees je op [kirstenregtop.com](http://kirstenregtop.com) en [fabriek69.nl](http://fabriek69.nl)



## Verwijzingen

[Podcast over Persoonlijke en professionele moed](#)

[Sietske Dijkstra: De kracht van ervaring \(2024, Elikser\)](#)

[Hameeda Lakho en Jeroen Wapenaar: Zie je mij? \(2023, BSL\)](#)

Meer informatie: [Moedigemensen.nl](http://Moedigemensen.nl) of e-mail naar:  
[info@moedigemensen.nl](mailto:info@moedigemensen.nl)