



## Toegevoegde Waarde van *The Mask* aan Trainingsprogramma's

*The Mask* laat een sterk zintuiglijke herinnering achter, gekoppeld aan een persoonlijke investering in een uitdagende trainingservaring. Hoe werkt het?

Door *The Mask* in te zetten, wordt er op 3 verschillende niveaus gewerkt:

**Fysiek:** kijken naar gewoontes van lichaamshouding, hertrainen van het spiergeheugen, en het verkennen van de verhouding tussen lichaam en geest

**Emotioneel:** ontwikkelen van het EQ, herkennen van emotionele prikkels en reactiepatronen, zowel bij jezelf als bij de ander.

**Gedrag:** door te 'doen alsof', repeteren door rollenspel, begrijpen en beïnvloeden van gebeurtenissen.

### **Het Proces: van toepassing op ieder model en iedere gedragstheorie**

**1. Als wij binnen het proces van *The Mask* een keuze maken voor een bepaald masker, als verbeelding van een bepaalde eigenschap, dan gaan wij holistisch te werk.**

- *The Mask* is een tastbaar object, iets dat je kunt vasthouden
- *The Mask* is een beeld dat je kunt verkennen, bekijken en beschrijven
- *The Mask* is een archetype, en een gedragspatroon dat belichaamd wordt, het heeft een kinestetische lichaamshouding, beweging en een stem.

Dit versnelt het leerproces door *short-cuts* naar de herinnering te creëren, door het oproepen van ervaringen uit het verleden, en door gedrag in rollenspel en interactie.

### **2. De keuzes die deelnemers maken, zijn niet rationeel:**

Deelnemers vallen terug op hun instincten en impulsen, niet een inventaris, of een lijstje competenties, maar iets dat uniek is, persoonlijk en organisch. Een juiste of verkeerde keuze bestaat niet.

Dit proces vergroot het bewustzijn van de beweegredenen voor die gemaakte keuzes, en onthult kernwaarden en overtuigingen (de 'werkelijke inhoud').

### **3. In rollenspel situaties, geeft *The Mask* afstand, bescherming en vrijheid.**

De deelnemer is in staat een breed scala aan problematiek te verkennen, van de persoonlijke schaduw tot voorspelbaar gedrag. Kiezen en oefenen van nieuwe reacties en het genereren van mogelijkheden en scenario's...

Wij leveren in al onze workshops maatwerk aan zowel individuele als groepsleerdoelen.

Neem eens contact op met Grainne Delaney voor een consultatie of een demo:  
e-mail: [gronyad@yahoo.co.uk](mailto:gronyad@yahoo.co.uk) tel: 06 129 77017

---

#### © ENGLISH LANGUAGE PRODUCTIONS

[www.grainedelaney.com](http://www.grainedelaney.com) Vincent Van Goghstraat 23-c, 1072KK Amsterdam  
K.v.K. Amsterdam 33262903 BTW Nr. 060297530 Girorekening Nr. 7824219