

# 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 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 trainer 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. In de train-de-trainer leer je als professional met deze methode werken en krijg je je concrete handvatten aangereikt om deze toe te passen in je eigen praktijk.

## Wetenschappelijk fundament

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.

*“ Een parel van een gespreksmethode, gericht op het versterken van zinvol leven.”*

- Anne Veenstra, geestelijk verzorger

*“ Prachtige, waardevolle interventie. Richtinggevend op die momenten in je leven dat je alleen maar kunt zeggen: wat nu? ”*

- Marian de Rijk, biografisch coach

## 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 interventie: (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 bij jezelf als begeleider
- ★ inzicht in de verschillende toepassingsmogelijkheden van de interventie:
  - ✦ in groepen of individuele begeleiding
  - ✦ werken met alternatieve vraagstellingen en andersoortige betekenisvolle herinneringen (piekmomenten, contrastervaringen, ...)
  - ✦ aandachtspunten en contra-indicaties
- ★ een op maat ontwikkeld plan voor de toepassing van de Wonderful Life interventie in je eigen praktijk.

## Voor wie

De train-de-trainer is er voor coaches, geestelijk verzorgers, trainers, docenten, 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. Heb je vragen, neem dan contact op 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

*“Van harte aanbevolen! Naast het train-de-trainer aspect was voor mij ook het zelf beleven van deze interventie zeer betekenisvol.”*

– Sophieke van Ginkel, life & leadership coach

*“Onvergetelijk! Fantastische werkvorm.”*

– Wim Braaksma, docent organisatieverandering

*“Een ‘wonderbaarlijke’ methode met een krachtige theoretische onderbouwing.”*

- Solange Wehberg, P&O adviseur & coach



## Praktische zaken

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

- ★ Trainingsdata:
  - Groep 11: 11 september en 2 oktober 2026
  - Groep 12: 8 en 29 januari 2027
- Zie ook de website voor actuele stand van zaken en extra groepen:  
<https://legende-advies.nl/lezingen-en-workshops/#ID-train-de-trainer>
- ★ Werktijden van 9.30 – 16.30 uur
- ★ Locatie: Eindhoven
- ★ Maximaal 8 deelnemers
- ★ Kosten bedragen € 675,= exclusief 21% btw

*SKGV geaccrediteerd met 3,5 punt*

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

Jacky van de Goor PhD is trainer, organisatiecoach, wetenschappelijk onderzoeker en auteur. Zij werkt vanuit haar bureau Legende aan zin, menselijkheid en vitaliteit - op de werkvloer én in het dagelijks leven. In 2021 promoveerde zij aan het StoryLab van de Universiteit Twente op een onderzoek naar zingeving en de kracht van verhalen.

Jacky is als docent verbonden aan diverse instituten, en schrijver van diverse boeken op het gebied van zingeving, bezieling en (werk)geluk. Daarnaast is zij al 30 jaar een bevoegen 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.