

Barbara van der Steen
info@barbaravandersteen.nl
www.barbaravandersteen.nl
www.wenders.nu
PhD-project
University of Humanistic Studies
EAPRIL Conference 2022
17 juni 2022

“Reflectie, resonantie & intuïtie in versnelde tijden”



“Both the structural and cultural aspects of our institutions and practices are marked by the "shrinking of the present," a decreasing time period during which expectations based on past experience reliably match the future”

Hartmut Rosa



Paper voor een workshop

EAPRIL conferentie 2022

Abstract

De workshop is een praktijk die voortvloeit uit een onderzoek dat zich richt op de reflectieve praktijken van leiders die omgaan met complexiteit, versnelde tijden en informatie-overload. De zorg van dit onderzoek is het groeiende belang van reflectie. Leiders moeten zich verhouden tot een dubbelzinnige wereld. Zij worden uitgedaagd om betekenis te creëren voor zichzelf en anderen in een turbulente wereld zonder overzicht of snelle oplossingen (zoals we zagen tijdens de Covid-crisis). De hypothese is dat nieuwe eisen aan leiders vragen om een diepere "aandachts-structuur" en ontvankelijkheid voor het oncontroleerbare en onbekende.

De workshop benadert iedere student, onderzoeker, professional en (project)leider als een leider; leidend voor zijn/haar eigen agenda, projecten en processen in deze versnelde en ambigue tijden. In de workshop delen we hands-on oefeningen die de deelnemers in staat stellen om in een paar minuten hun aandacht en resonantie te verdiepen. We introduceren nieuwe methodes om hun eigen intuïtie en gevoelens ten opzichte van hun vraagstukken te voelen; om eigenaarschap te krijgen over hun innerlijke reflectieve ruimte.

In de groepssessie worden vier verschillende lagen van reflectie verkend op individueel en groepsniveau: mentaal-, emotioneel-, fysiek- en spiritueel. De methodes bestaan uit een theoretische inleiding gevolgd door concrete schrijf- en meditatieve oefeningen. De deelnemers krijgen instrumenten aangereikt voor hun dagelijkse praktijk.

Theoretische achtergrond

De studie onderzoekt de visie van de filosofen Bauman (2000, 2007), grondlegger van het begrip 'Fluide tijden', en Rosa (2016, 2019), die het fenomeen van vervreemding versus resonantie in de huidige versnelde tijd beschrijven. De literatuurstudie resulteerde in een artikel (Journal of Studies in Social Sciences and Humanities)Ⅲ.

We verdiepten ons in het onderzoek van Van Loon & Van Dijk (2015, 2016), die de grootste leiderschapsuitdagingen omschrijven als 'kunnen omgaan met complexiteit, mondiale onderlinge verbondenheid en voortdurende verandering', en Heifetz (1994), Marion & Uhl-Bien (2011, 2008) die deze uitdagingen onderstrepen als 'adaptieve uitdagingen'.

Wij onderscheiden vier verschillende lagen van reflectieve intelligentie: mentale, emotionele, fysieke en spirituele, gebaseerd op Vaugan, 2002, Goleman, 2012, Covey, 2014,

De eerste fase van de studie omvatte 14 interviews met strategische leiders. We maakten een selectie van reflectieve leiders, die in staat waren hun praktijken en ervaringen toe te lichten. Uit de resultaten tot nu toe blijkt dat leiders zich bewegen tussen een modernistisch en post-modernistisch paradigma, vaak nog gericht op analyse, overzicht en snelle oplossingen, maar ook nieuwsgierig naar hun andere lagen in hun leiderschap, zoals intuïtie.

Verder zagen we dat deze leiders vooral worstelen met de tijdsdruk. Anderzijds beweren zij dat de complexiteit van de adaptieve uitdagingen geen bron is van hun innerlijke strijd. Ze lijken te genieten van de enorme uitdagingen. De belangrijkste zorg die zij delen is om gezond te blijven in de 'fast-lane' en hun ervaring van krimpende tijd zoals Rosa het uitdrukt.

Zij deelden de zorg om reactief te zijn in plaats van leidend. Het concept van Kairos lijkt hen te helpen om over deze dynamiek na te denken.

De vier verschillende lagen van reflectie, mentaal, emotioneel, fysiek, spiritueel, lijken hen te helpen de druk te analyseren en op een dieper niveau aan te voelen wat zij belangrijk vinden en wat een diepere betekenis heeft.

Zij erkennen de groeiende behoefte aan diepgaande reflectieve praktijken temidden van de krimpende tijd die zij ervaren. Op basis van deze uitkomsten hebben we de afgelopen maanden deze praktijken en oefeningen ontwikkeld in onze werkpraktijk als executive coach en trainer met teams en groepen. In de workshop zullen we een selectie van deze oefeningen delen.

Methoden in de workshop

De workshop benadert iedere student, onderzoeker, professional en (project)leider als een leider; leidend voor zijn/haar eigen agenda, projecten en processen in deze versnelde en ambigue tijden. In de workshop introduceren we nieuwe methoden voor het aanvoelen van intuïtie en gevoel. In de groepsessie worden vier verschillende lagen van reflectie verkend op individueel en groepsniveau: mentaal-, emotioneel-, fysiek- en spiritueel. De methodes bestaan uit een theoretische inleiding gevolgd door concrete schrijf- en meditatieve oefeningen. De deelnemers krijgen instrumenten aangereikt voor hun dagelijkse praktijk, bv. tekst en een audio om te beluisteren als een reflectieve pauze tijdens het werk.

In het eerste deel van de workshop beginnen we met een korte theoretische inleiding als gedeelde basis voor de groep. Na 5-10 minuten beginnen we met het interactieve deel dat begint met een korte reflectieve oefening, gevolgd door een zelf-assessment voor de deelnemers om in te vullen, gezien het model van mentale-, emotionele-, fysieke-, spirituele intelligentie (Covey, 2014). We vragen hen ook om hun hartslag te meten als een eerste beoordeling.

In het tweede deel zullen we reflecteren op de verschillende lagen voor reflectie met de reflectieve intelligentie van de groep, door een meditatieve oefening te introduceren om de aandachtsstructuur als groep in de workshop te verdiepen; vertragen en gewaarworden welke informatie naar boven komt. Door te vertragen, worden de deelnemers zich bewust van hun zintuigen en intuïtie.

[1](http://www.jsshonline.com/) *http://www.jsshonline.com/ Volume 7, No. 3, 2021, 233-241, ISSN: 2413-9270) >*

