

Wat heeft het trainingstraject LFB Naar de Top! ervaringsdeskundige trainers en deelnemers gebracht?

LFB Naar de Top! is een trainingstraject door en voor mensen met een verstandelijke beperking. Het traject bestaat uit vier trainingen die zich richten op persoonlijke groei en talentontwikkeling. In een van de trainingen worden ervaringsdeskundigen opgeleid tot ervaringsdeskundige trainer. Samen met hun coach verzorgen zij bij hun eigen zorgorganisatie de andere drie trainingen voor mensen met een verstandelijke beperking. De AWVB deed onderzoek naar wat LFB Naar de Top! ervaringsdeskundige trainers en deelnemers heeft gebracht.

“Ik vind het bijzonder dat wij ook gewoon een kans krijgen om dat te mogen doen. Ik vind het leuk, het is weer een nieuwe uitdaging.”

Door LFB Naar de Top! hebben ervaringsdeskundige trainers:

Zich ontwikkeld

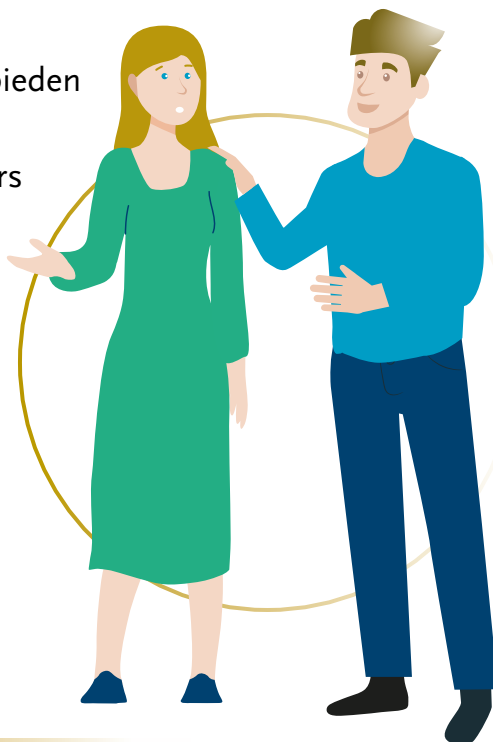
- Rol als trainer (opdrachten uitleggen, goede vragen stellen, voor een groep staan)
- Jezelf leren kennen (inzicht in eigen talenten en valkuilen, omgaan met emoties)
- Sterker in je schoenen staan (meer zelfvertrouwen, voor jezelf opkomen en grenzen aangeven)
- Trots op ontwikkeling door rol als trainer

“Ik had het gevoel van: oké, ik mag er niet zijn, of zo. Door de cursus is dat wel steeds meer geworden van: oké, ik ben ook wat waard en ik kan ook iets.”

Van betekenis kunnen zijn voor de ander

- Deelnemers helpen bij opdrachten
- Deelnemers een leuke en fijne trainingsdag bieden
- Deelnemers een luisterend oor bieden
- Bijdragen aan de ontwikkeling van deelnemers

“Ik word er vrolijk van. Het doet me goed als ik mensen iets heb kunnen laten bereiken of heb kunnen laten doen, dat ik denk: kijk dat heb ik toch maar even gedaan. En dan ben ik stiekem toch wel heel trots.”



Verbondenheid ervaren

- Groepsgevoel in de deelnemersgroep
- Collega's zijn in een hecht trainersteam
- Gelijkwaardigheid tussen deelnemers, ervaringsdeskundige trainers en coaches

“Er ontstaat gewoon een vibe in de groep en een soort van gezelligheid. Mensen hebben echt de tijd en de ruimte om voor meningen uit te komen. En wat ze zeggen, komt voor iedereen ook gewoon aan, dus er wordt echt naar elkaar geluisterd.”



Wat heeft LFB Naar de Top! de deelnemers gebracht?



Leuke en leerzame opdrachten

Sterker in je schoenen staan: nee zeggen en grenzen aangeven, voor jezelf opkomen

Vaardigheden: leren presenteren en uitleggen aan een ander

Deze infographic is gebaseerd op het onderzoek dat de Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking (AWVB, Tranzo, TSB, Tilburg University) heeft uitgevoerd naar de opbrengsten van het trainingstraject LFB Naar de Top! Dit onderzoek werd in opdracht van de LFB uitgevoerd door Mireille de Beer, Kayleigh van Beurden MSc, dr. Marieke Westerman – den Boer en dr. Sanne Giesbers, o.l.v. prof. dr. Petri Embregts. De LFB is de landelijke belangenvereniging door en voor mensen met een verstandelijke beperking.

Meer informatie over LFB Naar de Top!: www.lfb.nu/naar-de-top

Meer informatie over het onderzoek: www.awvb.nl/onderzoek/lfb-naar-de-top