



## Cocreation@Work

*Cocreation@Work is een radicaal vraaggestuurd trimesterprogramma (van januari tot april 2019) op post-HBO niveau door, voor en met mensen met een actueel verlangen: “hoe kan ik in mijn werk een zinvolle eigentijdse bijdrage leveren om de samenleving ECHT te verduurzamen en te versterken?”. Een reis voor nieuwsgierige leiders, koerszoekers, creatieve twijfelaars die voelen dat NU beroepshalve het moment is om aan ‘een nieuwe ronde’ te beginnen, met transitiekunde, (zelf-) bewustzijnsonderzoek en cocreatie als belangrijke richtingaanwijzers.*

### Achtergrond

De huidige complexe samenleving staat voor vragen over hoe om te gaan met de maatschappelijke opgaven op energie en milieu gebied, maar ook op het gebied van de herinrichting van zorg, welzijn en participatie. Dit vraagt van professionals om een nieuw soort houding en soms ook om radicaal nieuwe aanpakken leidend tot nieuwe antwoorden. Inzicht in de mechanismen die ten grondslag liggen aan de noodzakelijke transitieprocessen en de kansen en betekenis van cocreatie daarin kunnen helpend zijn voor de professional die de meest passende plek voor zichzelf danwel voor zijn/haar organisatie en zijn/haar koers daarin wil bepalen.

Cocreeën is meer dan samenwerking rondom een bepaald inhoudelijk thema; samenwerking is ‘de concurrentie voorbij’, concurrentie is ‘de overleving voorbij’. Cocreatie is de hoogste vorm van samenwerking dus, gericht op de vraag: wat wil hier ontstaan en wat kan ik, wat kunnen wij als organisatie hierin betekenen. Een inclusief begrip dus. Cocreatie gaat uit van een bepaalde *houding* (open, onderzoekend, gestuurd vanuit de vraag van de huidige en toekomstige gebruikers, met respect voor het verleden en wat er al is) en van bepaalde *verhoudingen* (gelijkwaardigheid en wederkerigheid). Cocreatie maakt gebruik van meerdere communicatievormen, zodat fysieke, emotionele, mentale en spirituele lagen worden aangeraakt en verbonden. Daardoor kan er iets ontstaan wat op alle niveaus ‘klopt’ en gerealiseerd wil worden, linksom of rechtsom; of niet: het raakt niet, past niet, in deze tijd in deze context, en in dat laatste geval spreken we van ‘een doodgeboren kindje’. Vaak is het niet zo zwart-wit en kunnen er verschillende dingen ontstaan met verschillende partners. Zolang het elkaar en de afgesproken randvoorwaarden (behoud van rust, ruimte, natuurlijkheid) maar niet in de weg zit. Cocreatie vraagt om:

- “wat wil hier ontstaan?” Dat vraagt om (om-)denken vanuit: “wat kan WEL, wie wil WEL”.
- vrijmoedig durven te LAGEREN tussen minimalistisch en extreem.
- inpassing in de tijdgeest: zelforganiserende principes inbouwen en denken in partnerschap vanuit gelijkwaardigheid en wederkerigheid.



Cocreation@Work bouwt voort op de ervaringen van de postdoctorale eenjarige opleiding Cocreatie en Cocreatiewetenschappen die in 2004 werd gehouden, en de vijf meerdaagse Seeds of Wholeness Conferenties die sinds 2002 gehouden zijn. Cocreation@Work is - naast theorie nu vooral ook praktijk en een kwestie van zelfonderzoek, gericht op een project idee naar jouw hart en/of op nieuwe speelruimte ontdekken & benutten in je werk, (meer) afgestemd op je diepere drijfveren. We werken ook gezamenlijk met de vraag of iedere deelnemer op dit moment op de meest passende loopbaanladder staat en op de meest passende trede (naar de aanpak van 'Double Healix' van Manfred van Doorn en Caroliene Wiedenhof). Naast gezamenlijkheid is er ook veel ruimte voor maatwerk. De eerdere drie versies van Cocreation@Work zijn succesvol gebleken.

Zie voor meer info over eerdere cocreatietrajecten: [www.cocratos.nl](http://www.cocratos.nl), [www.cocreatie.nl](http://www.cocreatie.nl), [www.inclusivescience.org](http://www.inclusivescience.org) en [www.seeds-of-wholeness.org](http://www.seeds-of-wholeness.org).

## De reis en de kosten

De gezamenlijke reis wordt gemaakt op 7 dinsdagen, van 10 tot half 5, ergens in Amsterdam, afhankelijk van het aantal deelnemers:

15 en 29 januari, 12 februari, 4/5 maart en 19 maart, en 2 en 16 april 2019. De middelste bijeenkomst (op 5 maart) wordt verlengd met de maandag avond daaraan voorafgaand (4 maart vanaf 17 uur, met overnachting; locatie wordt nog bepaald, op max 75 km van Amsterdam). Enkele gastsprekers zullen een inbreng leveren. Verder zal gebruik gemaakt worden van passend filmmateriaal; een en ander afhankelijk van de behoeften van de groep. Naast de trainingsdagen zullen 5 individuele supervisie/coachingsessies plaatsvinden van elk 1,5 uur. Er wordt op de eerste cursusdag een basisboek beschikbaar gesteld (inbegrepen bij de prijs) evenals een literatuurlijst (aanbevolen, niet verplicht). Per trainingdag wordt een powerpoint nagestuurd en enkele relevante artikelen, deels in het Engels. Niet inbegrepen bij de prijs zijn de onkosten voor accommodatie en diner op 4 maart; die worden in overleg vastgesteld en separaat gefactureerd (max 100 Euro). De studiebelasting - naast de cursusdagen en coachings - bedraagt in totaal minimaal 60 uur. De kosten bedragen 2350 Euro ex BTW indien de werkgever het betaalt; voor zelfstandigen geldt een gereduceerd tarief van 1595 Euro ex BTW. De betaling dient voor aanvang van de training volledig te zijn overgemaakt. Hiervoor ontvangt u, na inschrijving, intake en aanname, een factuur. Deelnemers aan de driedaagse coaching "Vaar je VRIJ" krijgen 200 Euro korting. Aan het eind van de opleiding ontvangt iedere deelnemer een certificaat, mits niet meer dan 1 dag van de opleiding gemist is. Indien meer dagen gemist worden, dan bestaat de mogelijkheid om die dagen in een volgend jaar in te halen. De opleiding is in mei 2016 geaccrediteerd, waardoor ook vrijstelling van BTW mogelijk is. Op onze opleiding zijn onze algemene voorwaarden van toepassing (zie de site [www.cocratos.nl](http://www.cocratos.nl)). Daarin zijn ondermeer een klachtenprotocol opgenomen en een annuleringsregeling.

## De opbouw

De 'reis' in Cocreatie bouwt voort op een theoretische basis inzake bewustzijnsonderzoek en transitiekunde, met werk van Ken Wilber, Barbara Marx Hubbard, Elisabeth Sahtouris, Otto Scharmer, Peter Levine, Joseph Campbell, Jan Rotmans, Jan Jonker, Manfred van Doorn / Caroliene Wiedenhof en anderen. In de zeven cursusdagen doorlopen we zeven stappen (en daarnaast 5 individuele coachings):

- 1 Consciousness. Bewustzijn betekent bovenal leren in 'de leegte betreden'.
- 2 Mind. Wat kan die mind ons in de weg zitten; hoe komen we bij mindfulness?
- 3 Travelling. Wat klinkt dat toch heerlijk, reizen. Wie kent niet dat oude spelletje: 'ik ga op reis en ik neem mee'? Wat wij hier gaan ontdekken is: heartfullness en handfullness. Neem vooral je hart mee, en je handen, want vuile handen maken mag, moet zelfs! En laat vooral veel thuis....
- 4 Letting go. Geef de kans aan een idee om te mogen groeien en rijpen, zet er niet teveel druk op, wees onthecht van het resultaat, want anders schuift je ego er veel te veel tussen. Dan ontstaat er ruimte voor essentie. Wat willen we nog meer?
- 5 Source. Al die doe-kracht, om te moe van te worden. Vooral in het begin – als een idee nog maar een ideetje is – gaat het om de ZIJNskwaliteit, bijvoorbeeld het ontdekken van de klankkleur van een idee. Dat is meer KUNST dan een kunstje. Leer je te openen voor de verwondering van het

'in verwachting zijn' van een idee. Open je voor de vraag: wat wil hier nu werkelijk gebeuren en hoe mag ik daar vorm aan geven?

6 Clinging to the past. Al die oude stemmetjes: 'doe niet zo hoogdravend', of: 'je kunt het toch niet'. Ga de pijn voorbij en raak aan je plezier. Maak de stap!

7 Courage. Kruip uit je ei en GO! Misschien ook wel CO: samen met anderen, want dat is vaak leuker en dat zet ook meer zoden aan de dijk. Haal alles uit de kast aan ondernemerskwaliteiten, doorzetting etc. om je idee tot wasdom te laten komen. YES!



Na deze reis heb je een mooie 'toolbox' vol met gereedschappen om bewust gezelschap-cocreator te zijn, danwel co-facilitator te worden van cocreatieprocessen met anderen, of met andere organisaties. Je kunt hierna ook een aanvullende Master volgen, gericht op meester-cocreator en facilitator. Natuurlijk is dat 100% maatwerk. Lees er op de site ([www.cocratos.nl](http://www.cocratos.nl)) meer over.

### Enkele quotes van oud-studenten

#### Cocreation@Work (post-HBO)

**Elvira:** "Ik heb geleerd hoe ik, samen met de mensen om me heen kan creëren zonder mezelf leeg te geven. Door te vertrouwen op wat is, in plaats van te trekken aan wat niet is.... Een prachtige opleiding voor iedereen die met mensen werkt en een warm hart heeft voor de wereld om ons heen."

**Mabelle:** "Cocreation@work bleek voor mij een ontdekkingsstocht van privé issues naar zakelijke afwegingen. Met als uitkomst de wil om mijn levens- en werkhouding echt te vernieuwen. Waarbij Anne als kritisch en compassievolle coach aan de zijlijn mij heeft aangemoedigd."

**Philip:** "De training is voor mij essentieel geweest om los te komen van oude 'zekerheden' in mijn werk. Ook heb ik door de deskundige en persoonlijke begeleiding nieuwe stappen durven zetten in relaties in het algemeen en werk in het bijzonder."

#### Postdoc Cocreation and Cocreation Sciences (2004)

**Thierry:** "Voor mij kwam de opleiding als pure synchroniciteit, ik wist dan ook op het moment dat ik het ontdekte meteen: 'dit ga ik doen'. Het heeft voor mij de deur geopend naar het vormgeven van mijn roeping en een nieuwe levensfase."

**Saskia:** "Deze opleiding heeft me veel gebracht op alle niveaus, en niet alleen kennis, maar ook persoonlijke ontwikkeling."

**Gerwin:** "In de aanloop naar de opleiding heb ik doodsangsten uitgestaan, maar ik heb er toch voor gekozen. Het is een keuze voor leven gebleken."

## Kennismaking en intake

Dit jaar werken we in de maanden september-november 2018 met een gratis half uur skype kennismaking. Geef je wel tijdig op bij [anne.stijkel@cocreatie.nl](mailto:anne.stijkel@cocreatie.nl). Deze kennismaking is bedoeld om je te oriënteren op de vraag of dit vraaggestuurd postHBO-Cocreation@Work programma iets voor jou is. Als je wil deelnemen aan het programma, dan is het belangrijk dat je een motivatiebrief stuurt voor 1 december 2018 aan [anne.stijkel@cocreatie.nl](mailto:anne.stijkel@cocreatie.nl). Vervolgens word je uitgenodigd voor een intake gesprek, op 11 of 12 december. We vragen van de deelnemers een HBO werk- en denkniveau. Indien je geen afgeronde HBO hebt, maar wel meent aan de vereisten te voldoen, vragen we nadere motivatie en evt. aanvullende instapvoorwaarden. Naast vooropleiding spelen houdingsaspecten als openheid, kritische zin en samenwerkingsbereidheid een rol in al dan niet toelating. Binnen een week na de intake ontvang je uitsluitsel hierover. Indien positief, dan ontvang je van ons naast de factuur ook in tweevoud een contract, om te ondertekenen.

## De begeleiding

*Het programma staat onder verantwoordelijkheid van Dr. Anne Stijkel. Zij was tot 1996 Universitair Hoofd Docent (UHD, Associate Professor), verantwoordelijk voor de transdisciplinaire onderzoek- en onderwijsgroep 'Management van technologische activiteiten: risico's en normstelling' bij de Vakgroep 'Natuurwetenschap en Samenleving' aan de Universiteit Utrecht. Zij promoveerde in 1995 op het onderwerp 'On managing reproductive risks of occupational exposure to chemicals' en heeft meerdere curricula binnen universiteiten en HBO's ontworpen. Zij is een rasechte 'inclusief denker'. Van 1996-2005 bood zij, als directeur van Stichting Milieubewustzijn, een kraamkamer voor vernieuwende initiatieven, en zette in 2004 de revolutionaire eenjarige postdoc-opleiding Cocreatie en Cocreatiewetenschappen neer, samen met gasthoogleraren van verschillende universiteiten uit binnen- en buitenland. Het geestesgoed van deze opleiding heeft zij vervolgens in 2006 ondergebracht in Stichting Triple I-S (International Institute for Inclusive Science; thans met roepnaam COCRATOS i.v.m. de inmiddels 'besmette' term IS) waar zij oprichter en directeur van is. Vandaaruit initieert en implementeert ze vernieuwende duurzaamheidsconcepten zoals BOERzoektBUUR, BEDRIJFzoektBUUR, geldGROENwassen en SLIM-samenredzaam, i.s.m. haar eigen bedrijf Compassie in Cocreatie. Van 2010-2012 was zij projectleider 'kennis in actie' van Co-Operatie Zuid: Wij krijgen Kippen! Daarnaast coacht en faciliteert zij mensen en organisaties in 'leiderschap in transitieprocessen'. Zij is ook voorzitter van Social Venture Network Nederland, een netwerk van world improving entrepreneurs.*



**COCRATOS**  
**(Stichting Triple I-S)**  
**International Institute for Inclusive Science**  
**Maldenhof 477, 1106 EN Amsterdam**  
**020-6972999**  
KVK-nummer: 34241899