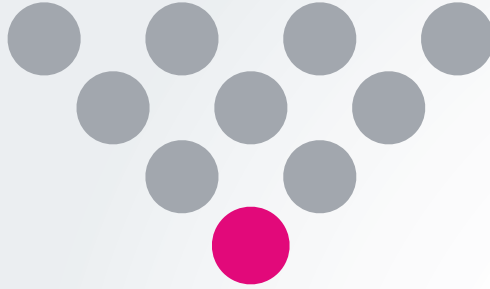


Gaat u elke ochtend fluitend aan de slag?





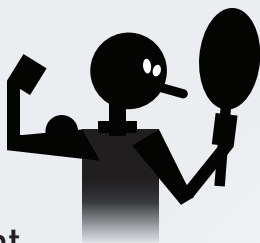
CONSULT • COACHING • TRAINING

Voorbij je grenzen: stuur je kracht training persoonlijke kracht

Gaat u elke ochtend fluitend aan de slag?

Waarschijnlijk niet.

En u bent niet de enige. Slechts één op de vijf Nederlanders begint enthousiast aan de werkdag. Veel mensen hebben last van 'energieverspillers'. Negatieve ervaringen waardoor het gevoel ontstaat dat hen zaken overkomen die ze niet willen, dat ze niet serieus worden genomen, niet doordringen tot anderen of niet zichzelf kunnen zijn.



Kracht

Toch is het mogelijk om passie in het werk te brengen. Ieder mens heeft unieke kwaliteiten en innerlijke kracht. Door die bewust en gericht in te zetten, verhoogt u uw energie en wordt u productiever.

'Voorbij je grenzen' is een groepstraining waarin u leert hoe u het spel - dat werk heet - eerlijk speelt én uzelf kunt blijven.

Training

Om uw talenten in te zetten en de goede kant op te sturen, gaat u deze eerst (h)erkennen, onderzoeken en (her)waarderen.

- Wat maakt u als persoon uniek? Welke kwaliteiten hebt u?
- Waar wordt u gelukkig van en wat is uw grootste angst?
- Welke behoeftes, overlevingsstrategieën of overtuigingen hebt u?
- Welke onderwerpen keren telkens terug in uw functioneringsgesprekken?





Resultaat

Tijdens de training ontdekt u uw unieke eigenschappen, leert u ze effectief in te zetten en te laten zien. U maakt een toekomstplan waarin uw specifieke talenten centraal staan. Het resultaat: inzicht in uw persoonlijk doelen en hoe u die bereikt.

Proces

Het ontdekken van uw 'eigen ik' is een proces waarin u zich bewust wordt van de valkuilen en waarbij dilemma's en belemmeringen worden opgelost. Deze training doet iets met u. Door u uit te nodigen om uw grenzen te verleggen, kunt u 'geraakt' worden. Toch voert u zelf de regie: u bepaalt wat u nodig hebt, welke stappen u zet en waar de grenzen liggen. Op een heldere en respectvolle wijze wordt u hierin begeleid.





Voor wie

Of u manager, medewerker, consultant of projectleider bent, is voor deze training niet belangrijk. Niet uw functie staat centraal, maar juist u als persoon in relatie tot uw werk.

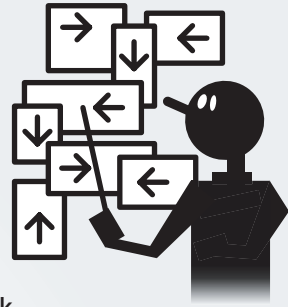


Groep

De deelnemers vormen een groep waarin ze van elkaar leren, meedenken met en zich verdiepen in de ander. Er wordt gebruik gemaakt van momenten van overdenking, groeps- en tweegesprekken, theorie, oefeningen en coaching.

De groep bestaat uit maximaal zeven personen.

Een bewuste keuze waardoor er voldoende ruimte en tijd is voor iedere deelnemer persoonlijk.



Vorbereiding

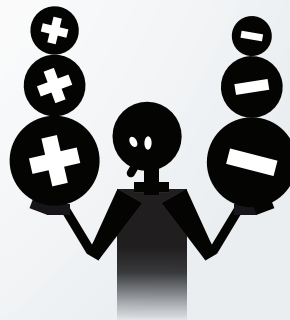
Na aanmelding volgt een kennismakingsgesprek.

Er wordt besproken welke resultaten u wilt behalen en of de training u helpt om deze te bereiken. Uw leidinggevende woont dit gesprek gedeeltelijk bij omdat hij of zij na de training een verandering zal zien en u hierop een terugkoppeling geeft.

Voorafgaand aan de training maakt u een persoonlijkheidstest, een eerste stap om inzicht te krijgen in uw kwaliteiten.

Afsluiting

Ter afsluiting is er, in aanwezigheid van de trainer, een evaluatiegesprek waarin u de regie voert en overlegt met uw leidinggevende. Samen bespreekt u wat nodig is om de verandering te laten voortduren.





Praktisch

De zesdaagse training bestaat uit drie blokken van twee dagen met overnachting.



Zowel het kennismakingsgesprek als het evaluatiegesprek duurt anderhalf uur. Voor de praktijkopdrachten heeft u een dagdeel nodig.

De training vindt plaats op een bijzondere, centraal gelegen locatie.

Waarom deze training?

- Gaat uit van innerlijke kracht en niet van trucjes.
- Brengt u tot de kern.
- Geeft inzicht in persoonlijke doelen en hoe u die bereikt.
- Versnelt uw persoonlijke groei.
- Geeft meer energie, plezier en productiviteit.
- Heeft blijvend effect.

Wie is de trainer

Voorbij je grenzen' is ontwikkeld door Annemarie van der Peet. Annemarie heeft als trainer snel inzicht in de capaciteiten van mensen en ziet waardoor zij worden belemmerd. Ze nodigt mensen op een respectvolle manier uit om hun 'veilige zone' te verlaten en hun grenzen te verleggen. Met als resultaat nieuwe energie en meer plezier in hun werk.

Annemarie heeft dertig jaar ervaring als trainer, adviseur en coach in en voor het bedrijfsleven.



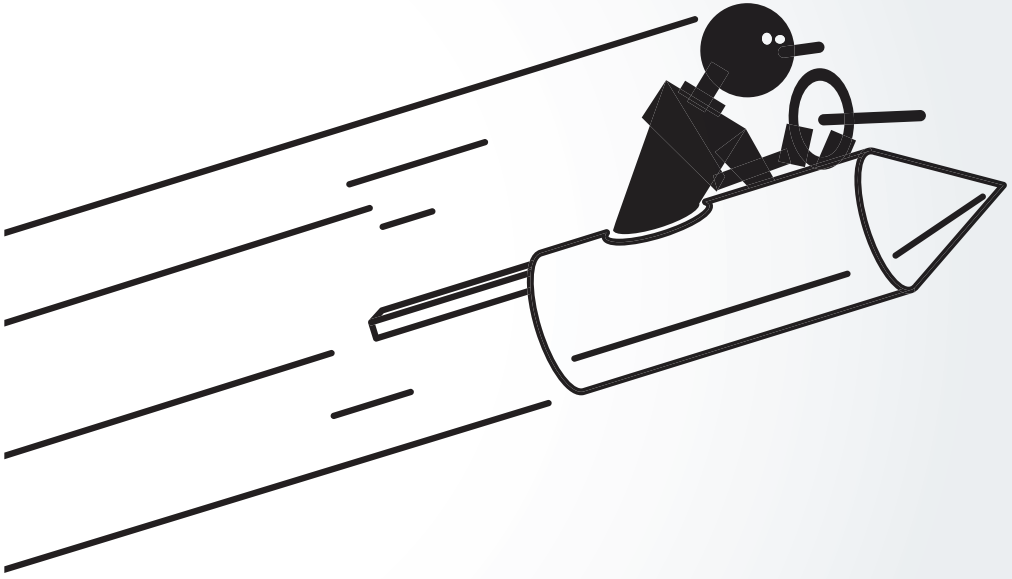
Informatie

Voor vragen of aanmelden neemt u contact op met:

Annemarie van der Peet
06 470 23 472
amvdpeet@xs4all.nl
www.annemarienvanderpeet.nl

José Schutte
Regelaar & Administratie
06 192 30 035
jose@clearmindsupport.nl

www.gajefluitendaandeslag.nl
www.vorbijjegrenzen.nl



CONSULT • COACHING • TRAINING

