

FALEN BESTAAT NIET. IK BEN AL GELUKT!

IK DURF ME NU OPEN OP TE STELLEN

IK DURF NU MET LIEFDE EN GEMAK NEE TE ZEGGEN.



AMETHIST



Developing People

Persoonlijk Leiderschap

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

WAAROM?

Wat wil ik met mijn leven?

- Waar ben ik nou eigenlijk goed in, hoe kan ik mijn talenten gebruiken om succesvol mijn doelen, ambities en wensen te verwezenlijken?
- Hoe kan ik de communicatie met mijzelf en mijn omgeving verbeteren?
- Hoe verwerk ik gebeurtenissen?
- Hoe ga ik om met vertrouwen, met imago en met keuzen?
- Hoe houd ik mezelf tegen om succesvol te zijn?
- Hoe komt het dat ik steeds weer met mijn kop tegen dezelfde muur loop?
- Wat zijn mijn automatische reacties en leiden deze wel tot succes?
- Hoe saboteer ik mezelf?
- Wat zijn mijn zelfopgelegde beperkingen?
- Wat zijn mijn valkuilen en hoe ga ik daarmee om?
- Welke kwaliteiten zet ik niet optimaal in?

Degene die het juiste antwoord op jouw vragen kan geven ben jezelf. De training helpt je ze te vinden door de juiste vragen te stellen.

En de training helpt je om nieuwe instrumenten te ontdekken, waarmee je liefdevol en in zelfcontrole, speels en gedisciplineerd, vrij en doelgericht, gelukkig en optimaal presterend het succes in je leven kunt behalen dat jij zelf kiest.

Belangrijk daarbij is om je ervan bewust te worden dat er enorme kwaliteiten en potentieel in je schuilgaan. En als je dat optimaal wilt inzetten, is het nodig om je beperkende onbewuste overtuigingen en routines te ontdekken en te vervangen door het weer volledig inzetten van je authentieke zelf.

Weet je eigenlijk nog wel wanneer je dat voor honderd procent deed?

Toen je er nog van uit ging dat je een vat vol kwaliteiten was en een enorm potentieel aan mogelijkheden.

RESULTATEN

- Wat is het heerlijk om gewoon te zeggen wat ik te zeggen heb.
- Ik weet nu hoe ik moet omgaan met mijn angst.
- Tot mijn verrassing merkte ik dat ik een destructief conflict, eenzijdig kan stoppen.
- Een verrijking van mijn leven!
- Ik laat mijn gevoel niet meer bepalen door het gedrag van anderen.
- Ik durf weer te falen!
- Ik ben niet op de wereld gekomen om aan de verwachtingen van anderen te voldoen.
- Ik weet nu het mijn en dijn te scheiden en dat scheelt veel energie.
- Ik ben niet meer bang om fouten te maken. Dat levert me heel erg veel rust op.

- Mijn dag is goed, no matter what!
- Ik durf me nu open op te stellen, omdat ik heel en krachtig ben.
- Mijn partner mag gewoon een pestbui hebben zonder dat ik daar wat mee moet!
- So what, dan gaat er iets fout, dan corrigeer ik het toch gewoon?
- Ik ben niet meer bang om de ander te kwetsen. De ander is verantwoordelijk voor zijn eigen emotionele leven.
- Ik durf nu met liefde en gemak 'nee' te zeggen.
- Ik heb geleerd hoe onbelangrijk gelijk hebben eigenlijk is.

Het uiteindelijke effect van de training is dat je met minder inspanning en energie, voortaan meer plezier en voldoening haalt uit je leven en werk.

WAT?

De volgende onderwerpen staan centraal:

- verantwoordelijkheid nemen of slachtoffer zijn
- vertrouwen en wantrouwen
- zelfovertuigingen
- image
- loyaal zijn aan jezelf
- wat wil je in je leven?
- emotiemanagement
- excellentie bereiken
- omgaan met plotselinge gebeurtenissen
- creativiteit een plaats geven in jouw leven
- omgaan met druk van buitenaf
- plezier en genieten
- harmonie met jezelf en je omgeving
- zelsabotage versus jezelf ondersteunen

HOE?

Gedurende de gehele training wordt uitgegaan van ervaringsleren. Eens gedaan, nooit vergeten. Om uit ervaring te kunnen leren is het nodig dat de deelnemers een actieve rol spelen in de onderdelen van de training. Zelf ontdekken van de eigen patronen, gewoontes, mogelijkheden en beperkingen, d.m.v. praten, luisteren naar de trainer of naar muziek, schrijven of tekenen, in kleine groepjes, in de grote groep of alleen. Toepassen van het geleerde in werkgroepjes, door een oefening of een spel of door huiswerkopdrachten in het echte leven te doen.

DUUR

De duur van de training is 9 dagen en strekt zich uit over een periode van 3 tot 5 maanden. Na het eerste blok (6 dagdelen) is er een verwerkingsperiode van 2 tot 6 weken waarna het tweede blok (6 dagdelen) plaatsvindt. Dan volgt weer een verwerkingsperiode waarna de drie laatste dagen van de training volgen, verspreid over een periode van 2 tot 4 maanden.