



Ga jij dagelijks met energie, inspiratie en enthousiasme naar je werk? Ben je intrinsiek gemotiveerd voor jouw taken? Ervaar je regelmatig flow? Groei je nog altijd?

Het is goed om hier af en toe eens bij stil te staan. De hectiek van de dagelijkse praktijk zorgt er echter voor dat je niet altijd tijd neemt voor zelfreflectie. Dit drieluik biedt jou de mogelijkheid om aan de slag te gaan met deze belangrijke vraagstukken. Het biedt jou niet alleen ruimte maar ook een kader, concrete handvaten en het inzicht om (opnieuw) jouw stip op de horizon te zetten. Je leert hoe je de regie kunt nemen om de door jou gemaakte keuzes na te streven. Je brengt jouw toekomstbeeld tot leven en borgt jouw motivatie om concrete stappen te zetten richting het door jou gestelde doel. Je beleeft deze reis in drie stappen, van hoofd naar buik naar hart.

Workshop 1 Flow en Motivatie

Flow is niet iets wat je overkomt. Je hebt er zelf invloed op. In deze workshop maak je kennis met dit fantastische concept. Je geeft antwoord op jouw vraag hoe je er zelf voor kunt zorgen dat je regelmatig flow ervaart. Thuis en op je werk. Het geeft jou direct handvaten om een mooi doel voor de toekomst te bepalen en regie te nemen in de reis om dat doel te realiseren.

Aan de hand van diverse, inspirerende werkvormen ga je concreet aan de slag met het formuleren van jouw eigen toekomst. Waar word jij blij van? Wat wil jij bereiken? Waar zet jij de stip op de horizon? Je wordt daarbij ondersteund door de andere deelnemers en door de trainer/coach.

De trainer/coach is gespecialiseerd in het flow concept. Zij is auteur van het boek 'Flow in projecten' en is gediplomeerd coach. Zij stimuleert deelnemers zelf aan de slag te gaan en ondersteunt daarbij op aanstekelijk enthousiaste wijze.

Workshop 2 Jouw krachten en kwaliteiten

In deze workshop ga je een laag dieper, een stap verder. Je gaat (opnieuw) op zoek naar jouw krachten en kwaliteiten. Je leert vertrouwen op jouw eigen kwaliteiten, zodat je van daaruit aan jouw toekomst kan werken.

In deze workshop zet je de stap van ontdekken naar toepassen. Je ervaart hoe je de regie kunt nemen om de door jou gestelde doelen te bereiken. Je wordt geprikkeld om bewust te zijn van eventuele blokkades die jou tegenhouden om keuzes te maken en de oorzaak daarvan. Je krijgt tips van de trainer/coach en de andere deelnemers hoe je daarmee om kan gaan.

De trainer/coach heeft een achtergrond op het gebied van psychologie en heeft ruime ervaring als HR Manager. Zij heeft veel kennis en ervaring met het begeleiden en coachen van medewerkers in hun ontwikkeling en loopbaan.

Workshop 3 Van EM-powerment naar ME-powerment

In deze workshop maak je de stap van buik naar hart. Je gaat weer een stap verder en creëert daarmee een comfortabele basis voor jouw toekomst.

Aan de hand van inspirerende werkvormen en onder begeleiding van de trainer/coach breng je jouw toekomstbeeld tot leven en kun je voor jezelf onderzoeken of je daarin de juiste keuzes hebt gemaakt. Jouw overtuiging dat jij de stip op de juiste plek op de horizon hebt gezet, gaat jou helpen om met intrinsieke motivatie aan jouw toekomst te werken.

Jouw ME-powerment ofwel zelfredzaamheid neemt toe wanneer je zorg hebt voor jezelf, haalbare doelen stelt en je kunt laten inspireren door anderen. Deze workshop laat jou beleven en ervaren hoe je dit kunt doen. Je oefent met technieken die jou helpen om met bewuste aandacht in het leven te staan. Via diverse fysieke oefeningen ervaar je hoe je jouw aandacht kunt richten en hoe je ondernijvende en ondersteunende gedachten kunt onderzoeken.

De trainer/coach is een energieke en enthousiaste persoonlijkheid, een inspirator tot creativiteit. Zij is gediplomeerd coach en psycho-sociaal therapeut.

Doelgroep

Wil jij flow op jouw werk creëren, jouw flow versterken of opnieuw ontdekken hoe je flow kunt ervaren? Dan behoor jij tot de doelgroep voor deze workshop.

Resultaat

Na afloop van dit drieluik heb je voor jezelf een belangrijke stap gezet in het bepalen van die stip op jouw horizon, die jou energie geeft en waarvoor je wil gaan. Je hebt dit op drie niveaus ervaren, namelijk relationeel (hoofd), intrinsiek (buik) en gevoel (hart). Dit geeft jou de basis om flow te ervaren in jouw toekomst.

Investing

Dit drieluik wordt zowel incompany als via open inschrijving aangeboden.

De investering in tijd betreft drie dagdelen van +/- 3 uur. De kosten bedragen € 100,- excl. BTW per workshop, ofwel € 300,- excl. BTW voor het gehele drieluik. Dit bedrag is inclusief koffie en thee.

Vanwege de onderlinge interactie en leerervaringen tussen de deelnemers, is het aantal deelnemers minimaal 5 en maximaal 10. Ben je geïnteresseerd, meld je dan snel aan om verzekerd te zijn van deelname!

Ben je geïnteresseerd in de incompany variant? Vraag dan vrijblijvend een offerte aan.

Data en locatie

Het Drieluik Flow In-zicht staat gepland op de donderdag avonden 8 juni, 15 juni en 22 juni 2017, van 19:00-22:00 met inloop vanaf 18:30u. We maken gebruik van een bijzondere locatie namelijk Molen de Arend te Wouw, dichtbij de A58 - afslag Wouwse Plantage en met voldoende gratis parkeerplaatsen voor de deur.

Meer informatie

Meer informatie kan worden opgevraagd via:

Patricia van Amen, De Ontwikkelplek, www.deontwikkelplek.nl, 06-15 38 12 42

Wieneke Nagtegaal, Van Heteren en Partners, <http://www.vanheterenenpartners.nl/>, 06-54 38 86 55

Susanne Graf, Logos en Sophia, www.logosensophia.nl, 06-21 68 69 32

