

Training persoonlijke ontwikkeling

STUUR IN EIGEN HANDEN

Pak de regie en leer omgaan met tegenwind!

Word je soms geëld door de drukte of verwachtingen van anderen?

Dat je in de praktijk merkt dat je weet wat belangrijk voor je is maar er te weinig naar handelt?

In deze training ontdek je hoe je zelf stevig aan het stuur zit. Je leert bewuster keuzes maken, loslaten wat je niet helpt en met energie vooruit te trappen ook als er tegenwind is.

● Voor wie is deze training?

Voor professionals die niet geëld willen worden, maar zelf willen bepalen waar hun tijd en energie naartoe gaat. Je weet waar je voor staat, maar zoekt meer grip en wil dit doelbewust in de praktijk brengen.

● Wat gaan we doen?

Persoonlijke ontwikkeling is net fietsen. Jij hebt de routekaart in handen.

Soms trap je licht en vlieg je vooruit, soms vraagt het om kracht en doorzettingsvermogen. In deze training ontdek je hoe je regie neemt over je werk en je leven. Je leert focussen op wat je energie geeft, Je oefent hoe je regie houdt en je leert praktische stappen te zetten richting je eigen doelen. Zo ontwikkel je een mindset die je helpt om met meer rust, plezier en grip vooruit te gaan.

● Dit mis je nu:

- Je laat je te vaak meeslepen door verwachtingen of omstandigheden
- Je weet wat je belangrijk vindt, maar doet er nog te weinig mee
- Je vindt het lastig om met tegenslag om te gaan en zoekt meer veerkracht
- Je wilt keuzes maken die energie en plezier geven, maar vindt dat nog lastig

● Dit leer je in de training:

- Inzicht in waar jouw energie naartoe gaat en wat je belemmert
- Bewuste keuzes maken die jou vooruitbrengen
- Een mindset ontwikkelen om sterker met uitdagingen om te gaan
- Concrete stappen zetten richting wat er echt toe doet voor jou
- Met een trainingsactrice oefenen om je grenzen te bewaken en trouw te blijven aan je eigen waarden



Dit pas je direct toe:

- Praktische handvatten om meer regie te nemen
- Meer rust en vertrouwen in dagelijkse keuzes
- Zelfverzekerd omgaan met tegenslagen en verwachtingen
- Meer energie en plezier in je werk en dagelijkse leven

Doe je mee?

● Praktische info

Duur: 2 dagdelen

Locatie: Zwolle | Hoofdkantoor

Investering: €595 excl. btw

Groepsgrootte: Max. 10 deelnemers

Trainingsdata: 31 oktober 9:30 - 12:30
5 november 9:30 - 12:30

info@jezelfenco.nl

038 200 1555

Place Vendôme | Dokter van Deenweg 162
8025 BM Zwolle

