

# Succesvol leven en werken

6 daagse training



PEOPLE @ MOVE

laat mensen stralen!



## Een training die meer betekenis geeft aan jouw persoonlijke succes en een actieplan waarmee je dat succes gaat bereiken.

Succes wordt vaak afgemeten aan de hoeveelheid geld die iemand verdiend, het aantal volgers dat iemand heeft, de hoeveelheid en waarde van het bezit of de functie die iemand bekleedt.

Maar wie vraagt zich binnen de context van succes ooit eens af:

- Hoeveel iemand betekent voor anderen,
- Hoe gelukkig die ander werkelijk is,
- Hoe zinvol iemand zijn leven ervaart,
- Hoeveel tijd iemand heeft,
- Hoeveel balans en rust iemand ervaart,
- Hoe vrij iemand zich voelt.

## Dromen en dilemma's

Vaak hebben we rond onze dertigste, veertigste en vijftigste levensjaar vragen en twijfels over de keuzes die we nog willen maken. Zijn we op zoek naar anderen dingen dan die we tot dan toe hebben gedaan, gezien, gekregen. Willen we ons leven een andere wending geven. Meer reizen, minder werken, zinvoller leven, lichter leven, kennis vergaren, kennis doorgeven, meer vrijheid etc

Maar niemand verandert iets zonder te weten waar je uit wilt komen. Niemand gaat op reis zonder bestemming. Vaak blijven we te lang waar we zijn omdat we niet goed weten waar we naartoe willen, omdat we niet weten hoe we er moeten komen of omdat we niet los durven te laten. Niet kwijt willen raken wat we al hebben of waar we al zijn. Of houdt het gevoel het dan ook waar te moeten maken ons tegen.

Willen we toch verandering dan kunnen we inspiratie, focus en actieplannen gebruiken.

De 6 daagse training "succesvol leven en werken" helpt je daarbij. In deze training gaan we aan de slag met jouw succes. Wat maakt jouw leven, gelukkiger, zinvoller of lichter?

Deze training kun je zien als een reis, die je zelfkennis, zelfvertrouwen, bewustwording en inspiratie oplevert. Maar nog belangrijker, een concreet actieplan waarmee je aan de slag kunt en die je gebruikt als leidraad op jou weg naar een succesvoller leven.

## Programma

Dag 1:

- De definitie van succes, wat is jouw doel?
- Strategie bepalen, vanwaar vertrek ik en hoe kom ik van A naar B?
- Succesfactoren, welke factoren bepalen mijn succes?

Dag 2:

- Kennis maken met je zelfvertrouwen
- Belemmeringen, wat houdt me tegen?
- Invloed, wat kan ik wel en wat niet beïnvloeden?

Dag 3:

- Deze hele dag staat in het teken van jezelf beter leren kennen. Welk beeld heb ik van mijzelf en welk beeld hebben anderen van mij?

Dag 4:

- Deze hele dag staat in het teken van het in beeld brengen van karaktereigenschappen, talenten en kwaliteiten en hoe je deze kunt inzetten.

Dag 5:

- Onafhankelijkheid in kaart brengen, welke aanpassingen maak ik onbewust en waarom doe ik dat?
- Belemmerende overtuigingen en het ombuigen daarvan.
- Bouwen aan zelfvertrouwen. Hoeveel vertrouwen heb ik in mijzelf en hoe versterk ik dat?
- Zelfanalyse, hoe zit het met mijn zwakke en sterke punten?

Dag 6 :

- Het actieplan ( we maken een persoonlijk actieplan waarmee je aan de slag kunt)

In deze training worden verschillende methodieken gebruikt zoals, mindmap, de verhalenverteller, evenwichtsbalk, kennismakingsspel, cirkels van invloed en betrokkenheid, RET, Swot analyse, waarden en normenspel, kernkwadranten en flip-over opdrachten. Dit alles gelardeerd met reflectiewandelingen, ontspanning- en spelmomenten.

### **Voor wie is deze 6 daagse geschikt.**

1. Voor iedereen die meer zelfvertrouwen kan gebruiken bij het behalen van zijn of haar doelen.
2. Voor iedereen die meer betekenis wil geven aan zijn of haar leven.
3. Voor diegene die een droom heeft maar er ( nog) niet mee aan de slag is gegaan.
4. Voor mensen die twijfel hebben over de volgende stap in hun carrière.
5. Voor mensen die op zoek zijn naar meer plezier en succes.

### **Praktische info.**

- Deze 6 daagse is verdeeld in 3 keer 2 dagen over een periode van 4 maanden
- Tussen de 2<sup>de</sup> en de 3<sup>de</sup> 2 daagse vindt een individueel coachgesprek plaats.
- Na iedere 2 daagse is er een huiswerkopdracht.
- Na ongeveer een jaar is er een terugkom bijeenkomst.

Deze 6 daagse die gegarandeerd resultaat biedt kun je volgen voor **€ 2495,-** (exc btw)

Het is alleen mogelijk in te schrijven na een adviesgesprek.

Neem contact op voor meer informatie of het maken van een afspraak via

Tel: **06 51813571** of mail: **[bianca@people2move.nl](mailto:bianca@people2move.nl)**