

Wil je iets anders dan gewoon doorkabbelen en wil je nieuwe energie en kracht opdoen? ● Heb je het gevoel stil te staan en wil je je weer geïnspireerd voelen? ● Wil je op een creatieve manier om leren gaan met je persoonlijke vragen? ● Wil je tijd geven aan je persoonlijke vragen en deze met anderen onderzoeken? ● Wil je om leren gaan met een veranderlijke omgeving?

Wie zaait?!

Een cursus in persoonlijke ontwikkeling

Wie zaait?!

Een cursus in persoonlijke ontwikkeling

DE CURSUS WORDT GEGEVEN DOOR:

Tini van de Wetering, loopbaancoach/trainer bij Deksel
www.dekselsloopbaanadvies.nl

Clarie van de Langenberg, loopbaancoach/trainer bij Loopbaandienst-
verlening Langenberg, **www.loopbaan-langenberg.nl**

In deze cursus kijken we met je naar de vragen die je hebt op het werk, thuis of waar dan ook. Vragen die je bezighouden en waarmee je aan de slag wilt vormen het vertrekpunt voor de cursus. Je plant die vragen, net als zaadjes, in denkbeeldige grond.

In de natuur zijn na het zaaien fases van rust, groei, bloei en ontwikkeling zichtbaar. Zo ook zijn je vragen afhankelijk van het 'seizoen' of de fase. Is de tijd rijp voor jou?

INHOUD

Bij het persoonlijk ontwikkelingsproces heb je volgens ons de volgende competenties nodig: *Creativiteit, initiatief, zelfstandigheid, lef en visie.*

Creativiteit HELPT JE:

- over je eigen grenzen heen te kijken;
- vanuit verschillende invalshoeken naar zaken te kijken en op basis daarvan tot nieuwe oplossingen of op nieuwe ideeën te komen;
- de dingen op een eigen oorspronkelijke wijze te benaderen;
- de dingen in zijn geheel te bekijken;
- niet de platgetreden paden te volgen.

Initiatief BRENGT JE:

- het tijdig signaleren van problemen en het slagvaardig optreden: je stelt prioriteiten en vraagt ook tijdig om hulp;
- het erkennen van de verantwoordelijkheid om iets te laten gebeuren;
- het grijpen van kansen die langskomen.

Visie HELPT JE:

- te weten waar je voor staat, wat je wil helpen realiseren en wat je idealen zijn;
- handelen in overeenkomst met een heldere lange termijn droom en op basis daarvan prioriteiten aanbrengen; hierdoor ook mogelijkheden en kansen zien;
- het vermogen hebben te bepalen welke kant je uit wilt gaan.

WERKWIJZE

Er wordt gewerkt met diverse methodieken afgestemd op de vijf competenties zoals: tekenen, schrijven, NLP, metaforen, brainwriting, mindmapping visualisaties, lichaamswerk, buitenwerk, uitwisseling en reflectie.

Soms worden oefeningen in groepjes gedaan, met zijn allen of alleen. Er wordt zowel binnen als buiten in de natuur gewerkt. Om het rendement te vergroten, krijg je naast de cursus opdrachten die je thuis maakt (ongeveer 2 uur per week).

BEOOGD RESULTAAT

Met deze cursus krijg je een **beter inzicht** in jezelf, om daarmee in je leven en/of loopbaan opnieuw koers te **kiezen**, op basis van wat voor jou van belang is. Na afloop heb je (weer) **inspiratie** om nieuwe keuzes te maken. Je hebt kennis gemaakt met manieren om je **bewustzijn** te vergroten. Je hebt aanknopingspunten om belemmeringen en valkuilen te overwinnen. Je hebt geoefend met nieuw gedrag en nieuwe activiteiten. Je weet welke acties nodig zijn om volgende stappen te zetten.

Zelfstandigheid GEEFT JE:

- in het hier en nu zijn;
- kracht om te beginnen met (noodzakelijke) acties;
- een formulering van je visie op een duidelijke wijze;
- eigen inzichten en deze kunnen vertalen naar wat je belangrijk vindt;
- de moed om je eigen weg te gaan.

Lef BETEKENT:

- het onbekende in gaan, het bekende loslaten;
- op weerstand af durven stappen;
- erop vertrouwen dat je situaties kunt hanteren;
- weloverwogen risico's nemen om doelstellingen te realiseren.