



## Reflectie & intentie voor Technici

Ervaar de kracht en het belang van reflecteren & intenties plaatsen...

Wil jij leren om grip te krijgen op jezelf en je eigen ontwikkeling en dit direct ervaren?

Wil jij leren hoe je meer energie en rust kunt creëren als basis om goed in je vel te zitten?

Wil jij leren hoe je beter met anderen kunt communiceren?

Wil jij leren hoe je jouw eigen gedrag hierop kunt aanpassen en samenwerking kunt optimaliseren?

Wil jij leren hoe je deze grip en ontwikkeling voor jezelf kunt borgen?

Dan is dit het juiste programma om te volgen - interesse? Lees dan snel verder hoe...

**Meer informatie?** bel 06 51 70 60 65 of 06 48 27 15 82

 **optimus technici**  
[www.trainingenvoortechnici.nl](http://www.trainingenvoortechnici.nl)



*Het is alweer 13.00u, haalt de snelheid van de dag jou ook in?*

## Resultaat

- persoonlijke reflectie
- inzicht in de kracht van samenwerking
- grip krijgen en ervaren, controle hebben en houden
- weerstand tijdens je werk verminderen
- jouw doel(en) halen
- flow in iemands' zijn krijgen
- je filter voelen in je lichaam
- een ander beter begrijpen
- optimaler contact met jezelf en de ander

## Voor wie?

Je wilt grip op je eigen gevoel en energie krijgen. Actief aan je eigen ontwikkeling werken. Je wilt samenwerking en begrip in en voor anderen verbeteren door elkaar beter te leren "verstaan".

Je wilt proactief bezig zijn met je toekomstige ik en daar controle in krijgen en houden.

Gespecialiseerd in doelgroep van technenuten, technische teams en tech bedrijven, maar voel je vooral geïnspireerd als je je in boven- en onderstaande herkent..

## Deelnemers

De maximale groepsgrootte van deze training is 14 deelnemers.

## Inhoud

### **Module 1 - Me & myself**

Door jezelf beter te kennen, werk je beter en maak je met meer aandacht de juiste keuzes  
Aanleren van feedback, interpretatie en bewustzijn

### **Module 2 - The other & me and the other**

Leer makkelijker en beter omgaan met je collega's, vanuit je eigen kracht als technenut  
Herkennen én leren acteren op de intentie van de ander

### **Module 3 - Future me**

Ervaar hoe je deze grip op je leven houdt, door het 'in je leven inbedden'  
Krijg controle over de ingezette beweging van jouw verandering

**Meer informatie?** bel 06 51 70 60 65 of 06 48 27 15 82



*Kom jij ook altijd op de laatste plaats? Wil je meer bewust en assertief worden?*

## Werkwijze

Tijdens dit programma ga je vooral leren en ervaren door te doen. De theorie vormt de basis voor oefeningen, praktijk. Verdeeld over de drie modules bereiken we implementatie van deze grip en controle bij jezelf, naar en met anderen maar ook voor je toekomst. Hoe werken wij?

- Maatwerk voor jou
- Buddy chats voor tussentijds delen van ervaringen
- Intervisies tussendoor voor groepsconnectie, reflecteren en intenties plaatsen
- Zelf ervaren hoe snel je controle en grip leert terug te krijgen
- Iedereen zelf de snelheid van zijn/haar eigen leerreis laten bepalen/ervaren

## Certificaat van deelname

Na afronding van de training ontvang je, op basis van aanwezigheid en actieve deelname, een certificaat. Hiermee kun je jezelf bekwaam kwalificeren in het grip krijgen en controle houden op je eigen leven, persoonlijke ontwikkeling en omgang met anderen.

**Meer informatie?** bel 06 51 70 60 65 of 06 48 27 15 82

## Bijeenkomsten

- Dag 1 & 2 van 09.00 - 17.00 uur
- periode van 6 weken waarin
  - 1 groepsintervisie
  - buddy chats
- Dag 3 & 4 van 09.00 - 17.00 uur
- periode van 6 weken waarin
  - 1 groepsintervisie
  - buddy chats
- Dag 5 van 09.00 - 17.00 uur

Bovenstaande bijeenkomsten zijn voorzien van koffie / thee / water en uitgebreide gezonde lunch.

Laatste dag afsluiting is chill 'n relax met drinks 'n bites

Gedurende het gehele traject vindt er desgewenst, volgens individuele behoefte, voldoende online ondersteuning plaats door de trainers.

## Optioneel

- Terugkomdag bij behoefte vanuit de groep
- Aanvullende 1-op-1 coaching



*Hoe zit dat met “die ander”, waarom snappen ze me niet?*

## Investing

Jouw investering in dit programma bedraagt

$\pi$  (pi) x 1000 = €3.141,59 (excl. 21% btw)

Volg je de training particulier of via een btw vrijgestelde organisatie (bijvoorbeeld overheid, zorginstelling of bank)?

Dan bieden wij je de voordelige mogelijkheid om geen btw te betalen.

Dit kun je aangeven bij je inschrijving (online of telefonisch).

## Materiaal

Jouw investering in het lesmateriaal zit inbegrepen bij de hierboven beschreven all-in prijs. Je ontvangt gedurende het programma handouts, en theorieën van de methodieken die gebruikt worden

## Actuele startdata en inschrijving

Je kunt je voor deze training inschrijven via [www.trainingenvoortechnici.nl](http://www.trainingenvoortechnici.nl). Daar vind je ook de actuele startdata. Neem voor vragen of hulp bij inschrijving contact met ons op via een van onderstaande telefoonnummers. 🙋

**Meer informatie?** bel 06 51 70 60 65 of 06 48 27 15 82

## Arrangement

Voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee en een uitgebreid lunchbuffet wordt gezorgd vanwege de all-in prijs zoals beschreven.

Mocht je gebruik willen maken van overnachting en diner is dit niet inbegrepen maar kunnen we je hierbij helpen door je in contact te brengen met onze trainingslocatie of een hotel in de buurt. (kosten voor eigen rekening)

NB. Indien een lesdag virtueel wordt gegeven komen de arrangementskosten voor die dag te vervallen.

## Betaalwijze

Na ontvangst van je aanmelding versturen we de factuur. Deze dient binnen 14 dagen na factuurdatum te worden voldaan maar uiterlijk voor aanvang van de eerste bijeenkomst. Geen betaling is geen aanvang training helaas.

## Leveringsvoorwaarden

Neem contact met ons op via [www.trainingenvoortechnici.nl](http://www.trainingenvoortechnici.nl) voor de actuele leveringsvoorwaarden.