

Perfectionist én in je kracht



Perfectionist én in je kracht

Je wilt het allemaal voor elkaar hebben, met de touwtjes in handen. 'Gewoon goed' is voor jou niet goed genoeg. Je legt de lat hoog voor jou en jouw omgeving. Je vindt het maar wat irritant als anderen het niet zo nauw nemen met die hoogte. Maar hoge eisen zorgen ook voor problemen en daar wil je vanaf. Waar is de balans? Toewijding is je kracht, maar ook je valkuil. Met Perfectionist én in je kracht vind jij de juiste balans!

- Kijk anders naar je overtuigingen; goed is goed genoeg en fouten maken mag
- Ervaar hoe je verantwoordelijkheid delegeert en loslaat
- Maak keuzes in wat je wel en niet wilt doen
- Zet jouw tijd en kwaliteiten effectiever in

Programma

Voordat je aan dit programma begint, krijg je een intake- en een coachingsgesprek. Het programma bestaat uit 4 modules en 3 coachingsgesprekken. De volgende onderwerpen komen aan bod:

- **Voor de training: coachingsgesprek**
- **Module 1: leerdoelen en zelfinzicht (0,5 dag)**
In deze module ga je aan de slag met een zelfanalyse en ga je dieper in op je leervraag.
- **Module 2: verdiepend zelfinzicht (1 dag)**
In deze module ga je uitgebreid in op wie je bent.
- **Tussendoor: coachingsgesprek**
- **Module 3: werken aan je energiebalans (0,5 dag)**
Vind de ideale balans tussen inspanning en ontspanning.
- **Module 4: in de praktijk (0,5 dag)**
Leg de verbinding naar jouw werk.
- **Na de training: coachingsgesprek**

Voor wie?

Deze training is voor leidinggevendenden, managers, projectleiders, coördinatoren, teamleiders en professionals.

- Je wilt het altijd goed doen
- Je hebt moeite met fouten maken
- Je stelt hoge eisen aan jezelf
- Je hebt het gevoel dat je werk nooit af is
- Je wilt gedragspatronen doorbreken
- Je hebt hbo of wo werk- en denkniveau



Leren bij de Baak

Bij de Baak krijg je de ruimte om te ontdekken wat je kan, wie je bent en waar je toe in staat bent. We dagen je uit om alles uit jezelf te halen. Leren en ontwikkelen bij de Baak is altijd persoonlijk. We creëren een veilige leeromgeving die jou de ruimte geeft om te ontdekken en te werken aan je persoonlijke leerdoelen. Dit doe je op onze locaties midden in het bos of aan zee.

Ervaringen van deelnemers

'Goed programma, waarbij reflectie van de groep en de coach een positief effect heeft op het bereiken van persoonlijke ontwikkeldoelen.' *G. Drost – Van der Heide Groep*

'Erg leerzaam en super fijn dat het in zo'n kleine setting was. Er was genoeg ruimte voor iedereen, waardoor we ook goed bij iedereen konden stilstaan en zo elkaar konden helpen.' *I.G.J.E. Follender Grossfeld – ING*

'Pittig, maar erg leerzaam en levensveranderend.' *C.C.C. van der Meulen – Vitens NV*

Praktische informatie

- Duur: 4 dagen
- Groepsgrootte: 4 - 6 personen
- Locatie: Driebergen en Noordwijk

Kijk voor meer informatie over de training en de startdata op de [trainingspagina](#).

Gratis adviesgesprek

Wil je zeker weten of deze training goed bij je past of wil je meer informatie over de training? Plan dan een vrijblijvend adviesgesprek in met een van onze opleidingsadviseurs.

[Vraag advies aan >](#)

je brengt iets
in beweging
als je stilstaat

de **baak**