

PERSOONLIJKE EFFECTIVITEIT

Met plezier omgaan
met veranderingen
of tegenslag



Per4mance!
LEIDT TOT BEWEGING

'GEZELLIG, INSPIREREND & LEKKER PRAKTISCH'

Organisaties worden steeds dynamischer. Het lijkt wel of er verandering op verandering wordt gestapeld. Dit vraagt veel van ons aanpassingsvermogen.

Ook buiten het werk wordt er steeds meer van ons geëist. Relaties komen soms onder druk of je hebt simpelweg de energie even niet om alles in goede banen te leiden. Soms overkomen zaken je, die je van slag brengen. Je weet even niet meer hoe je effectief te werk kunt gaan.

Zo hebben velen een uitdaging of belemmering:

- Onbalans in werk of privé
- Weerstand bij je communicatie
- Belemmeringen waardoor je niet in beweging komt
- Onzekerheid over hoe iets aan te pakken
- Moeite met omgaan met alle veranderingen
- Energieverlies

Deze training is voor personen die zoeken naar eenvoudige handvaten en inzichten om snel weer met volle energie in het leven te staan. Onderzoek laat zien dat er patronen in gedrag zichtbaar zijn. Tijdens deze training krijg je inzicht en ontdek je wat voor jou werkt!

**MET PLEZIER OMGAAN MET VERANDERINGEN
OF TEGENSLAG**

HET EFFECT

Honderden deelnemers hebben ervaren dat het werkt. Deze training heeft ook landelijke prijzen gewonnen. Onze deelnemers geven zelf het volgende terug:

Direct na de training:

95% geeft aan ervaren te hebben dat zij tot meer in staat zijn.

Na één maand:

98% heeft betere resultaten geboekt op het werk of privé.

DE TRAINING

- De training duurt drie aaneengesloten dagen, inclusief een avondprogramma op dag één en dag twee (totaal 8 dagdelen).
- Er is aandacht en ruimte voor persoonlijke coaching.
- Menselijk gedrag wordt inzichtelijk en praktisch gemaakt, met een stevige basis van praktijkkennis, NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren), TA (Transactionele Analyse) en toegepaste psychologie.
- De trainingsdagen sluit je af met een stappenplan dat helpt om zaken concreet aan te pakken.
- Na de training vindt er een telefonische coaching sessie plaats om je te ondersteunen.
- Een aantal weken na de training is er een terugkomsessie.

Deelnemers ontvangen als naslagwerk het boek 'JEZELF de BAAS'



LOCATIE

Conferentiecentrum
Bovendonk in Hoeven.
www.bovendonk.nl

PROGRAMMA

Dag 1:

INZICHT

- Hoe werkt gedrag?
- Waarom doen we de dingen die we doen?
- Hoe beïnvloed ik mijn stemming?
- Waarom verander ik niet snel?
- Welke basisbehoeften bepalen mijn gedrag?

Dag 2:

VERKENNEN

- Hoe kijk ik naar de wereld?
- Hoe communiceer ik effectief?
- Welke patronen herken ik bij mijzelf?
- Waar leidt het toe als ik blijf doen wat ik nu doe?
- Welke verandering wil ik in gang zetten?

Dag 3

ACTIE*

- Wat is mijn potentieel?
- Welke concrete acties ga ik ondernemen?
- Welke afspraken maak ik met mezelf?
- Hoe veranker ik deze acties en afspraken in mijn dagelijks leven?

*gedurende dag 3 is er een 1 op 1 sessie om te helpen met het concreet maken van het stappenplan.



MARCEL Ik ben Marcel van Wiggen, geboren in 1971, getrouwd en vader van Luke en Nick. Mijn motto is 'haal er alles uit wat er in zit'. Ik ben geïnteresseerd in alles wat mensen inspireert, motiveert en belemmert.

'In een korte tijd krijg je veel inzichten en ontstaat er een vertrouwde omgeving. Dit was veel meer dan een goede training. Dit was een openbaring en kwam precies op het goede moment. Ik weet nu hoe ik het anders ga aanpakken'

Ik heb verschillende opleidingen gevolgd, zoals een opleiding aan de Technische Universiteit Eindhoven, een MBA aan INSEAD, een NLP Master opleiding, een opleiding als Strategic Interventionist en diverse andere opleidingen op het gebied van leiderschap, psychologie en persoonlijke effectiviteit. Ik heb dertien jaar management ervaring in het leiden van kleine specialistische teams tot een business unit met 900 medewerkers. De laatste jaren heb ik me gericht op het begeleiden en adviseren van leidinggevendenden, teams en individuen. Het is mijn absolute overtuiging dat er veel meer potentieel in mensen zit!



GERARD Ik ben Gerard Vriens, geboren in 1967, gelukkig getrouwd en vader van Peder en Veerle. Mijn motto is 'Maak er wat moois van'. Ik ben graag een luisterend oor en ben in staat om mensen (terug) in hun kracht te zetten. Dit doe ik op geheel eigenwijze.

Ik ben HBO+ opgeleid en ooit gestart in de procestechiek gevolgd door opleidingen in logistiek en P&O. Na de switch van de technische kant naar de mens kant heb ik de afgelopen jaren diverse opleidingen HBO+ gevolgd om me verder te verdiepen in gedrag van mensen en groepen. Opleidingen die ik heb gevolgd zijn onder andere: NLP-practitioner, Transactionele analyse, oplossingsgericht- en systemisch werken. Naast mijn ervaring in het leiding geven aan (project) teams ben ik in het afgelopen decennia werkzaam geweest als gedragsspecialist, adviseur en accountmanager.

CONTACT

PER4MANCE

Bezoekadres: Hofstraat 8, 4741 AK Hoeven, Nederland

T 06 - 46740886, **E** Info@PER4MANCE.nl