

Choose your own way

Wanneer de student bewust kiest voor het eigen geluk zal dit resulteren in minder uitval op school, meer flow, focus, motivatie. Ze zullen de juiste keuzes maken in hun leven voor meer authenticiteit, vreugde, geluk, beter weten wat de kwaliteiten en valkuilen zijn, assertiever zijn, minder faalangstig, meer succes en minder kans op depressie en burn-out. Ook zal een juiste keuze kunnen maken resulteren in minder uitval van studenten binnen de opleiding.

Training 1: Geluk

Wat levert deze training op:

Kennismaking met ons, de trainers

Een veilige basis en verbinding binnen de groep

Meer bewustwording en inzicht over de waarden, kwaliteiten en het geluk in het leven

Groepsempowerment

Training 2 & 3: Zelfrespect en empowerment

Wat levert deze training op:

Beter zelfbeeld

Meer zelfvertrouwen

Authenticiteit

Een kennismaking met de tool meerstoelentechniek

Meer inzicht in de patronen van zelfrespect en empowerment

Effectieve communicatie met anderen

Training 4: Passie

Wat levert deze training op:

Inzicht in kernkwaliteiten en passie

Motivatie en inspiratie

Doel en regie in eigen leven

Persoonlijk leiderschap

Training 5: Negatieve belemmerende en positieve helpende gedachten

Wat levert deze training op:

Inzicht in de belemmerende gedachten

Denken vanuit mogelijkheden

Groeimindset

Minder weerstand

Training 6: Levenskunst

Wat levert deze training op:

Concreet stappenplan in het vormgeven van de studieloopbaan van de student

Concreet stappenplan in het coachen van elkaar

Duurzaam veilige groep

Bewuste keuzes kunnen maken

Training 7: Toast for change

Wat levert deze training op:

Zichtbaarheid en innerlijke kracht

Meer zelfvertrouwen

Authenticiteit

Bewustwording over de toekomst

Persoonlijk leiderschap