

Workshop

Train your mind

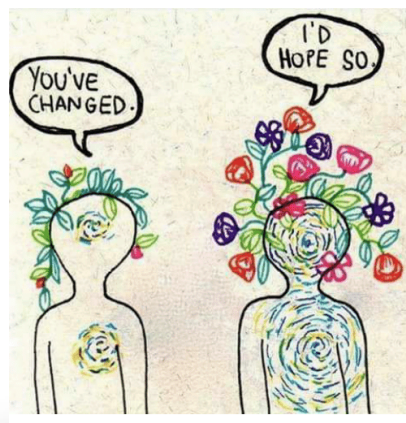
Immuun voor verandering?

Je wilt je gedrag veranderen en je weet dat het jouw situatie enorm zou verbeteren als je dat zou doen. Je wilt het echt en op een of andere manier lukt het je maar niet. Er extra wilskracht op loslaten helpt niet.

Als het gemakkelijk was, had je het al lang gedaan. Effectiever gedrag heel graag willen, is één. Het daadwerkelijk laten zien van ander gedrag, is vaak weer wat anders. Betere voornemens, harder proberen, nòg een training, feedback vragen: het zijn allemaal goede opties. Het probleem is niet dat ze niet werken, of maar voor even. Na een tijdje is 'alles weer zoals het was'. Het voelt als één voet op het gaspedaal staan en met de andere op de rem, met als netto-effect: geen verandering.

Harvard's Robert Kegan noemt dit "Immunity to Change".

We hebben niet alleen een biologisch, maar ook een psychologisch immuunsysteem. Het is een paradoxaal veiligheidsmechanisme, verankerd in individuele en collectieve overtuigingen, dat ons beschermt tegen veranderen. Door de oorzaken van deze immuniteit op te sporen, kan je -als individuen en organisatie- blokkades wegnemen en doorgroeien.



Wat gaan we doen:

Inleiding over veranderen en ontwikkelen

In vier stappen aan de slag met je eigen vastgelopen voornemen

Afronden

Praktisch

Workshop “Train your mind, Immuun voor verandering”

Data en plaatsen

2018

13 december 09.30 - 12.30 uur Amsterdam

2019

7 januari 13.30 - 12.60uur Den Haag Centrum

4 februari 13.30 - 16.30 uur Utrecht Centrum

5 maart 09.30 - 12.30uur Velsen Noord (op het strand)

9 april 13.30 - 16.30 uur Amsterdam West

Maximaal 10 deelnemers

Kosten 150 euro per persoon, vrij van BTW
Opgeven [klik hier](#)

Vragen? 06 50692091
leoniedevree@dorfl.nl

Let op

Mind training is heel eenvoudig en helemaal niet gemakkelijk.
Geen quick fix.