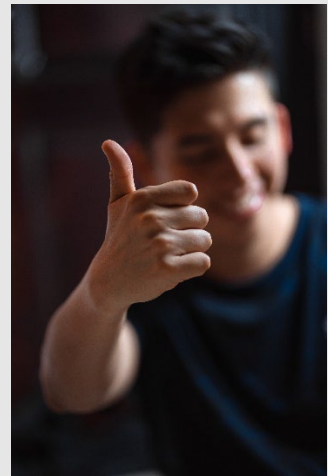


Tweedaagse training Ik ben ok, jij bent ok

Een verdiepende reis naar persoonlijk leiderschap, gelijkwaardigheid en verbinding – midden in de rust van Ameland.

Leer en groei op een unieke locatie

Ontsnap aan de dagelijkse drukte en dompel uzelf onder in een transformerende tweedaagse training op het prachtige Ameland. In een inspirerende en serene omgeving leert u hoe het “Ik ben ok, jij bent ok” model kan bijdragen aan betere samenwerking, diepere verbindingen en effectievere communicatie. Ver weg van de hectiek krijgt u de kans om écht los te komen, nieuwe inzichten op te doen en een frisse blik te ontwikkelen.



Wat kunt u verwachten

Deze tweedaagse training biedt u:

- Inzicht in uw eigen gedragspatronen: Begrijp uw persoonlijke levenshouding en hoe deze uw communicatie en samenwerking beïnvloedt.
- Handvatten voor gelijkwaardige relaties: Leer hoe u respectvol en constructief kunt omgaan met collega's, klanten en relaties.
- Reflectie en verdieping: Tijd en ruimte om stil te staan bij uw patronen, uw drijfveren en uw impact op anderen.

Het programma

Dag 1: Begrip en Verkenning

Ochtend: Introductie in het “Ik ben ok, jij bent ok” model en Transactionele Analyse (TA).

Wat zijn de vier levensposities en hoe herkent u deze bij uzelf en anderen?

Middag: Persoonlijke reflectie en zelfinzicht.

Wat zijn uw patronen en overtuigingen?

Oefeningen en casussen om patronen te doorbreken.

Avond: Intervisie rondom uw persoonlijke drijfveren.

Wat geeft u energie en betekenis in werk en leven?

Dag 2: Toepassing en Integratie

Ochtend: Praktische toepassing van “Ik ben ok, jij bent ok” in dagelijkse situaties.

Hoe kunt u conflicten constructief aanpakken?

Oefeningen gericht op samenwerking en respect.

Middag: Reflectie en actie.

Ontwikkel uw persoonlijke plan om de inzichten van deze training te integreren in uw werk en leven.

Afsluiting: Gezamenlijke borrel met een ontspannen uitwisseling van ervaringen.



De locatie: Ameland

Deze bijzondere training vindt plaats op het rustgevende en prachtige eiland Ameland, een unieke locatie die inspireert om de dagelijkse praktijk even helemaal los te laten. Geniet van de zilte zeelucht, uitgestrekte duinen en de serene stilte die ruimte biedt voor reflectie en persoonlijke groei.

Inclusief

Luxe overnachting in een comfortabel hotel op Ameland

Heerlijke, lokaal bereide maaltijden: ontbijt, lunch en een verfijnd diergaandiner

Voor wie is deze training bedoeld

Deze tweedaagse training is ideaal voor professionals en teams die:

- Dieper inzicht willen krijgen in hun patronen en communicatie.
- Effectiever willen samenwerken en conflicten constructief willen aanpakken.
- Een stap terug willen nemen om op te laden en nieuwe perspectieven te ontwikkelen.

Praktische informatie

Locatie: Luxe accommodatie op Ameland (adres volgt na inschrijving).

Kosten: € 1795,- excl BTW per deelnemer, inclusief overnachting, alle maaltijden en faciliteiten.

Overtocht naar Ameland: Overtocht is optioneel bij te boeken en kan in overleg geregeld worden.

Beleef, reflecteer en herontdek uw eigen kracht op een unieke locatie