**Programma**

In deze cursus komen de volgende onderwerpen aan bod:

* De regie voeren over je leven
* Vergroot je vermogen om je aan te passen aan veranderingen
* Jezelf beter leren kennen
* Bepaal wat je eigen invloed is op een bepaalde situatie.
* Zelfbewustzijn als hefboom voor jouw leer- of verandervermogen