**Kiezen en beïnvloeden : Regie over je eigen toekomst**

“Kiezen is verliezen”

Wanneer je kiest voor het ene, krijg je het andere niet. Wanneer je het ene omarmt, hoort daar meestal loslaten van het andere bij. Dan helpt het enorm wanneer je je besluit weloverwogen hebt genomen. Dat betekent niet per se dat je er lang over na moet denken, maar wel dat zowel je rationele als je emotionele overwegingen beide een passende rol spelen in je keuze. Wanneer je naar je onderbuik luistert weet je meestal wel wat je voorkeur is, maar dan kunnen rationele argumenten weer twijfel zaaien. Soms kan het voelen alsof je niets te kiezen hebt en je geen invloed hebt en hoe ga je daar dan mee om? Kiezen is verliezen, maar niet verliezen is ook niet winnen. Het blijft spannend, maar zwemmen zonder nat te worden gaat nu eenmaal niet.

Waarom:

omdat een keuze maken die goed voelt richting en energie geeft.

Hoe:

Jouw vraag is leidend. Dat maakt het altijd persoonlijk. We onderzoeken en relativeren Serieus en luchtig wisselen elkaar moeiteloos af. Praktisch en met veel plezier.

Werkwijze:

In deze workshop onderzoeken we waar jouw kwaliteiten liggen en in hoeverre die tot hun recht komen in je werk en privé. Dit doen we d.m.v. ervaringsgerichte oefeningen waarbij je daadwerkelijk kunt voelen hoe het werkt bij jou wanneer je keuzes maakt, wat je hierbij helpt en wat remt. We kijken hoe jij keuzes kunt maken die passen bij wat je denkt en wat je voelt.

Thema’s:

* Doe ik (nog) wat ik wil?
* Wat doe ik graag?
* Waar ben ik goed in?
* Waarom is kiezen soms zo lastig?
* Hoe pak ik mijn invloed?

Resultaat:

* Scherper zicht op je eigen kwaliteiten, talenten en ambities
* Beter in staat keuzes te maken vanuit jouw persoonlijke drijfveren
* Je kunt beter onderscheid maken tussen zaken waar je wel of geen invloed op hebt

Begeleiding:

De begeleiding is in handen van zeer ervaren McChange trainers/coaches met een achtergrond als psycholoog, haptonoom en/of gedragswetenschapper. Professionals die dagelijks onderzoekend, lerend en kritisch met hun vak en klanten bezig zijn. Ze beheersen de kunst om deelnemers op een vriendelijke en luchtige wijze een spiegel voor te houden en om snel tot de kern te komen. Ze nemen geen genoegen met mooie woorden maar kijken vooral naar wat je doet. Ze doen wat nodig is om jou als deelnemer verder te helpen (oefeningen, tips, ondersteunende theorie/modellen, reflectie, feedback, voorbeelden, etc.).

[kijk voor meer info op de McChange website](http://www.mcchange.com/diensten)

Informatie:

* 295,- excl. btw per training van 1 dag (incl. koffie/thee en lunch)
* 6 - 10 deelnemers
* De trainingen onder de noemer 'Persoonlijk Leiderschap in de zorg' hebben ieder een eigen thema.
* De trainingen zijn in willekeurige volgorde te volgen. Door er meerdere te volgen, creëer je een prachtig leertraject voor jezelf.
* Tijden - Starttijd : 09:00 uur, eindtijd : 17:00 uur, 30 minuten lunch en 2 x 10 minuten pauze
* in-company mogelijk