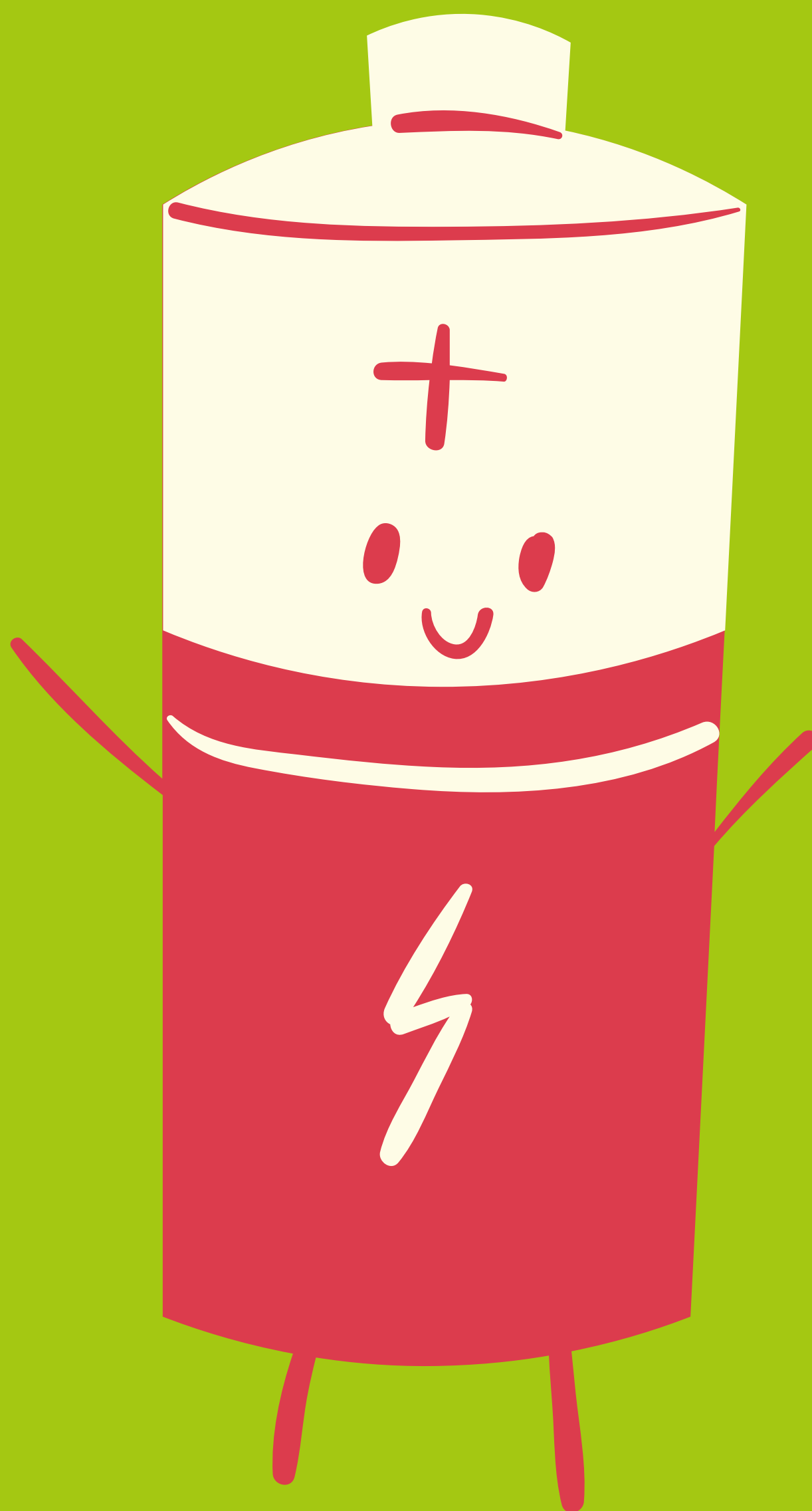


STAY POSITIVE



WORKSHOP ZELFMOTIVATIE & THUISWERKEN

"VERGROOT JE MOTIVATIE EN MENTALE
VEERKRACHT TIJDENS DE CORONACRISIS"

Interactieve online workshop

Hoe vergroot je je motivatie en mentale veerkracht in onzekere tijden?

Vanwege corona verkeren we in een onzekere tijd waardoor het lastig kan zijn om positief en veerkrachtig te blijven.

Voor iedereen die extra motivatie kan gebruiken in zijn werk (en/of privé) en inzicht wil in hoe hij/zij dit zelf kan organiseren.

Neem regie over je eigen motivatie en meld je aan!

Wanneer:

30 maart 2021 15:00-17:00 via TEAMS
of

8 april 2021 15.00-17.00 via TEAMS

Aantal:

maximaal 15 deelnemers
(de workshop gaat door vanaf 6 deelnemers)

Prijs:

Nu met lockdown korting slechts €29,95 p.p.
(normaal € 49,95)

Moderators:

Johannes van de Water en Anna Schouten, geaccrediteerde trainers
Process Communication Model

Na afloop van deze workshop heb je:

- 1. Inzicht in je eigen motivatie en het effect van jouw communicatie.**
- 2. Een actieplan om concreet mee aan de slag te gaan.**

Wil je meer informatie, of een workshop in-house organiseren? Mail naar info@turn.nl.

Achtergrondinformatie & aanmelden

Positieve mindset

Want hoe kan je onder de huidige omstandigheden positief blijven, helder nadenken en stress minimaliseren? Onderzoek laat zien dat juist nu een positieve mindset kan helpen om de situatie de baas te blijven. Onze workshop helpt om helder (en positief!) te blijven denken en eigen veerkracht te ontwikkelen. Dit kan je namelijk zelf beïnvloeden en daarmee heb je zelf de regie over je motivatie. Er zijn acht manieren waarop mensen gemotiveerd worden. Met deze kennis kan je je eigen interne batterij opladen. Ontdek welke van deze acht manieren voor jou leidend zijn en wat het voorspelbare stresspatroon is als deze motivatie ontbreekt. Tijdens de workshop gaan we met diverse oefeningen aan de slag in kleine groepjes. Hier maak je kennis met energiegevers die belangrijk zijn voor jou en wat er gebeurt als er niet voldaan wordt aan jouw behoeften.



[Klik hier om je aan te melden of gebruik de QR-code](#)



Process Communication Model

Hoe meer je je batterij oplaadt vanuit je behoeften, hoe meer energie je hebt om veerkrachtig met situaties en jezelf om te gaan.

PCM is een unieke tool om jezelf en anderen te ontcijferen. Zo leer je elkaars psychologische-taal spreken en werk je samen aan een sterke organisatie, met ruimte voor iedereen. PCM is ontwikkeld door klinisch psycholoog dr. Taibi Kahler. Hij ontdekte dat je stressgedrag kunt voorspellen en ombuigen. In samenwerking met NASA ontwikkelde hij een gevalideerde vragenlijst, waaruit het Process Communication Model ontstond. [Klik hier](#) voor meer informatie over PCM.