

*Wie altijd doet wat  
hij deed, zal altijd  
krijgen wat hij kreeg.*

ChaosCoaching is een  
vorm van coaching die  
mensen leert dat ieder  
mens verantwoordelijk is  
voor zijn eigen geluk

Wie regelmatig vastloopt  
en niet tevreden is met  
wat hij terug krijgt:

Neem contact op met :



Adres:  
J.Schooneman  
Hauwert 99

Telefoon:  
Mobiel: 06-24202676  
Website:  
[www.chaoscoaching.nl](http://www.chaoscoaching.nl)

**workshop**  
**druk druk**  
**druk**



*Scholing voor  
ieder die meer  
invloed wil krijgen  
én houden op het  
leven.*

## Druk, druk, druk

Deze workshop bestaat uit twee bijeenkomsten van drie uur.

Bijeenkomst 1:

Bijeenkomst 2:

Tijd van de bijeenkomsten zijn van van 13.30 uur tot 16.30 uur

Trainers zijn Gerrie Storm en Jolanda Schooneman

Route:

Vanaf de N302 neemt u afslag Hauwert. Bij de T splitsing aan het einde van deze weg gaat u eerst links en vervolgens meteen weer rechts. Aan het einde van deze weg ziet u recht voor u het kerkje. Steek de kruising over en hier kunt u op de parkeerplaats parkeren.



‘Jan wil jij dit nu even voor me doen?’

‘Ja, natuurlijk’

En voor dat je het weet heb je er weer een klusje bij.

En dat terwijl er toch al zoveel moest!

Soms heb je het idee dat je niet meer weet waar je beginnen moet. En als dit té lang duurt dan eindigen we met een stevige dip.

Om dit te voorkomen is de workshop druk druk druk

- Proiriteiten leren stellen
- Nee durven zeggen
- Leren delegeren
- Je eigen valkuilen ontdekken
- Je beperkende overtuigingen ontdekken
- Ontdekken van wat jij richtinggevend wil laten zijn in je werk: het samenstellen van je eigen kompas

## Activiteiten zijn o.a.

- Ontdekken van je eigen valkuilen d.m.v. een test
- Oefenen met het indelen van activiteiten
- Hoe ziet een dagelijkse planning eruit?
- Leren NEE zeggen en wat doet dat met je?
- Benoemen van je rollen en doelen
- Met andere ogen naar je werk gaan kijken door het vaststellen van je eigen kompas.

	urgent	niet urgent
belangrijk	noodzakelijk	kwaliteit
niet belangrijk	teleurstelling	tijdsverspilling