

De Kunst van verandering

Voor Wie?

Je bent klaar voor de volgende stap in leiderschap. Je hebt al zelfinzicht maar het blijft nog te veel bij weten i.p.v. ernaar handelen en het echt te voelen. Je hebt flink wat ervaring in het aansturen & begeleiden van mensen en je wilt graag betere coachende gesprekken leren voeren. Ook wil je graag ontdekken hoe je omgeving (en jezelf ..) inspireert in deze continue stroom aan veranderingen.

Persoonlijk leiderschap vormt de kern van onze trainingen. De deelnemers vormen een samenstelling van leidinggevendenden die teams of projecten aansturen en mensen die zichzelf aansturen en hun eigen onderneming. Waarbij zowel meer introvert ingestelde mensen als meer extraverte types zich thuis voelen. Een dynamische en avontuurlijke mix waardoor je veel van elkaar leert.

Programma Kunst van verandering

Dag 1 ochtend | **Laat niets je meer tegenhouden.** Je herkent wat je creativiteit *blokkeert* enerzijds en wat je creativiteit *bevrijdt* anderzijds. Je leert je Inner Bitches & Bastards benoemen. Dit zijn belemmerende overtuigingen over jezelf met belerende stemmetjes die weerstand aanwakkeren en verandering en ontwikkeling in de weg staan. Vervolgens leer je wat jouw innerlijke kind altijd al wist namelijk, 'what makes you tick'. Je voelt weer waar het wat jou betreft allemaal om draait. Leef het leven waar je voor gemaakt bent!

Docent: Psycholoog/ oprichter Klara Uleman & Trainer / oprichter Mascha van Wijnen

Dag 1 middag | **Loslaten door je weerstand heen.** De inzichten in je belemmerende overtuigingen en je natuurlijk talent ga je letterlijk ervaren. Je gaat werken met muziek en hierdoor ga je voelen. Out of comfort met daardoor vanzelfsprekend een hoop weerstand. En toch ga je het doen. Je gaat een lied inbrengen dat jou raakt. Je komt in beeld met een kant die je niet vaak laat zien. Eng? Waarschijnlijk. Bevrijdend? Absoluut.

Docent: Operazangeres en oprichter Koaching Akademie Klara Uleman

Programma Kunst van verandering

Dag 2 ochtend | **Deep dive in** jezelf, inzicht in het spanningsveld tussen angst en wens.

Aan de hand van casuïstiek duik je in je eigen weerstand en ontdek je jouw achterliggende verlangen & ambitie. Je gaat oefenen om in je leiderschap meer vanuit onbevangenheid & creativiteit te sturen. Ook krijg je een aantal psychologische handvatten om ineffectieve communicatie te kunnen doorbreken en weerstand snel te herkennen.

Docent: Mascha van Wijnen & Klara Uleman, oprichters Koaching Akademie

Dag 2 ochtend middag | **Presenteer jezelf en inspireer anderen.** Presenteren & inspireren gaat over wat jij wilt dat anderen van je zien. Je gaat vinden en voelen waar jij voor staat en wat jij wilt. Dan ga je presenteren, je krijgt feedback en...applaus. You will go out strong!

Docent: regisseur & trainer Hugo Meijs

WIE ZIJN WIJ?



De [Koaching Akademie](#) (KA) is in 2017 opgericht door Klara Uleman & Mascha van Wijnen. De KA biedt trainingen in persoonlijke ontwikkeling, creatief & coachend leiderschap en teambuilding waarbij het aanspreken van jouw creatieve & innovatieve vermogen voorop staat. Inmiddels is de KA uitgegroeid tot een platform waar professionele kunstenaars, creatieve denkers, psychologen en trainers zich aan hebben verbonden als docent.

Klara Uleman is operazangeres en Jungiaans psycholoog en heeft ruim 10 jaar ervaring als trainer/ coach. Mascha van Wijnen is oud-topsporter en heeft 12 jaar leiderschaps- & managementervaring opgedaan in het bedrijfsleven met als aandachtsgebied coachend leiderschap, teamcoaching

Contactgegevens

Mascha van Wijnen
06 51 98 22 49
mascha@koachingakademie.nl

Locatie: de Koaching Akademie traint voornamelijk in theater de Cameleon in Amsterdam. Een locatie met grote ruimtes waardoor 1,5 meter afstand makkelijk te realiseren is.