

# Training (persoonlijk) leiderschap in één dag

## Algemeen

Bokscoaching helpt gedreven professionals met bewustwording en gedragsverandering zodat ze het mooiste uit zichzelf en hun omgeving halen. Wij geloven in eerst doen, dan denken. We dagen uit door driedimensionaal leren: Bewegen en ervaren, reflectie en als derde: actie. We willen bijdragen aan concrete gedragsverandering.

## (persoonlijk) leiderschap

Leiderschap is invloed uitoefenen, eerst op je eigen leven. Dit is de basis om een gezonde invloed uit te oefenen op je omgeving. Wij willen je helpen het mooiste uit jezelf en uit je omgeving te halen.

## Voor wie

Leiders, ondernemers en professionals die willen werken aan zichzelf. Die begrijpen dat leiderschap niet hetzelfde is al management. Als jij ook gelooft in: Lead by example.

## Opbouw van de dag

De ochtend starten we met een korte kennismaking, overzicht en introductie. Daarna gaan we fysiek aan de slag. Fysieke werkvormen, afgewisseld met reflectie. Je bent elkaar fysieke en mentale sparringpartner. Dan wordt er een lunch verzorgd.

Na de lunch ga je een uur alleen zijn in de stilte. Met een aantal vragen ga je een uur nadenken, bezinnen, bezinken. Daarna koppelen we dit terug met de groep. De rest van de middag gaat over groepsdynamiek, teamvorming en hoe leiderschap hier op kan aansluiten. Wanneer zit een groep in welke fase?

We ronden af met een kort plan en een aantal actiepunten zodat je met frisse energie concreet aan het werk kunt.

## Resultaat

- Een intensieve, leerzame en prettige training die je nieuwe energie geeft
- Inzicht in de principes van balans, taak- en mensgericht acteren en teams
- Een APK voor je (visie op) leiderschap
- Inzicht dat je direct kunt toepassen

## Wat verwachten we van deelnemers

- Dat je er bent, fysiek en mentaal
- Dat je rekent op een gave training en er alles uit wilt halen
- Dat je ook komt brengen: aandacht, energie, ervaring, kennis
- Dat je bereid bent om oprecht te zijn op een manier die voor jou ok is

Aantal deelnemers: 6-12

Tarief €350,- (incl. BTW)

Berend Oosterhuis

0624407757

[berend@bokscoaching.nl](mailto:berend@bokscoaching.nl)

[www.bokscoaching.nl](http://www.bokscoaching.nl)