

A person wearing a blue helmet, a white and red cycling jersey, and blue shorts is riding a mountain bike on a rocky ridge. The background shows a hazy, sunlit sky. The text 'Persoonlijke Kracht via NLP' is overlaid in white on the image.

# Persoonlijke Kracht via NLP

Vergroot je zelfvertrouwen  
en bereik eenvoudiger je doelen  
in deze 4-daagse training

ANKER  KOMPAS



## Persoonlijke Kracht via NLP

Wil je meer bereiken met minder moeite? Zou je soms krachtiger willen optreden of meer voor jezelf opkomen? En dan wel op een manier die bij jou past, doelgerichter en zonder stress! Stel je eens voor wat het je zal opleveren als je daarvoor de juiste aanpak kent!

*Assertiviteit is geen kunstje, het komt van binnenuit!*

De training Persoonlijke Kracht via NLP leert je steviger in je schoenen staan, door de belangrijkste principes vanuit NLP toe te passen. Vanuit je persoonlijke kracht ben je minder vatbaar voor druk van buitenaf. Daardoor kun je beter je eigen keuzes maken en makkelijker je doelen bereiken.

## Voor wie is deze training Persoonlijke Kracht via NLP?

Je kiest voor de training Persoonlijke Kracht via NLP omdat je:

- meer succes wilt hebben in je dagelijkse werk.
- beter voor jezelf wilt opkomen.
- oude en belemmerende patronen wilt loslaten.
- positiever en krachtiger in het leven wilt staan.
- meer jezelf wilt zijn.
- meer gemotiveerd wilt zijn.

*"Verbazingwekkend hoe mijn zelfvertrouwen in zo'n korte tijd is toegenomen!"*



## Het resultaat van deze bijzondere NLP training

In de training Persoonlijke Kracht via NLP krijg je meer invloed op je stemming en leer je jezelf beter te motiveren. Met een positieve stemming durf je meer situaties aan te pakken. Je zult daardoor steeds vaker en makkelijker je doelen bereiken. Zowel op het werk als in persoonlijke situaties. Deze training leert je scherper waarnemen, buiten je oude denkkaders treden en daarmee je keuzevrijheid vergroten. Je komt weer beter in contact met jezelf en door een positieve manier van denken ga je vaker bereiken wat je nodig hebt.

## Wat gaan we doen?

Voor deze unieke training hebben we de belangrijkste elementen van NLP uitgekozen die van invloed zijn op je persoonlijke en zakelijke succes. Korte inleidingen en boeiende discussies vergroten je inzicht in je huidige gedrag en reiken nieuwe mogelijkheden aan. De praktische oefeningen laten je direct ervaren wat je dat oplevert! Er is volop ruimte voor jouw persoonlijke vragen en je gaat aan de slag met thema's als:

- Hoe krijg ik meer zelfvertrouwen en word ik assertiever?
- Waarom voel ik me soms geremd en hoe verander ik dat?
- Hoe stel ik mezelf haalbare doelen?
- Hoe bereik ik meer als ik rekening houd met andermans belangen en denkwijze?
- Hoe kan ik beter omgaan met weerstand en tegenvallers?
- Hoe beïnvloed ik mijn eigen stemming en voorkom ik stress en frustratie?
- Hoe buig ik belemmerende denkpatronen om naar versterkende?
- Hoe kan ik meer mezelf zijn?



## Praktische informatie

De training Persoonlijke Kracht via NLP duurt in totaal vier dagen. Dit is opgedeeld in twee blokken van twee dagen, zodat je tussendoor kunt ervaren hoe je meer vanuit je persoonlijke kracht handelt.

De trainingsdagen zijn van 9:30 uur tot 17:00 uur. De locatie voor deze communicatie-training is onze eigen trainingslocatie in Bilthoven. (vlakbij NS-station Bilthoven).

We werken met groepen van maximaal 10 deelnemers, zodat je voldoende persoonlijke aandacht krijgt.

## Aanmelden of meer informatie?

Actuele informatie over geplande trainingen en kosten, lees je terug op de website. Schrijf je in via [www.anker-kompas.nl/pk](http://www.anker-kompas.nl/pk) en verzeker je jezelf van een plek op de data die jou passen. Weet je nog niet helemaal zeker of je mee kunt doen, neem dan een optie.

Heb je nog vragen of wil je weten wat de mogelijkheden zijn voor een in-company training bij jouw organisatie? Neem dan contact met ons op.

T: 030 - 6353441

E: [info@anker-kompas.nl](mailto:info@anker-kompas.nl)

W: [www.anker-kompas.nl](http://www.anker-kompas.nl)

