



## Doelstelling Create your Life

De doelstelling van deze training is *Empowering People*. We beseffen steeds vaker dat wij de creator van ons eigen leven zijn. Een ander kan jouw leven niet leven én is ook niet in staat om jou gelukkig te maken. Dat kan alleen jij!

De Create your Life Training biedt tools en technieken om verandering in jouw leven echt mogelijk te maken door het versterken van je **bewustzijn** ('Wat wil jij in jouw leven?') én **keuze** ('Wat belemmert je nog om dit te kiezen?').

*“Welke andere mogelijkheden zijn er nog, die je nog niet voor mogelijk hebt gehouden”*

## Vijf pijlers voor verandering

Create is een acroniem die staat voor de vijf pijlers van dynamische verandering;

- **Choice**; Wat als je zou weten dat je altijd een keus hebt? Wat zou je dan kiezen?
- **Receive**; Wat als jij de blokkade bent voor het ontvangen van de verandering én de oplossing?!
- **Energy**; Wat als je energie kunt gebruiken als transformerende kracht?
- **Awareness**; Wat als alle antwoorden altijd al aanwezig zijn?
- **Transformation**; Wat als jij de creator bent die alles dynamisch kan transformeren?
- **Expand**; Hoeveel meer ruimte kun je creëren in je leven?

## Inhoud van de Training

De volgende onderdelen kun je tijdens de training verwachten;

- ~ Werking van het brein en het effect daarvan op je leven
- ~ Waarom verandering zo lastig is én hoe je dit positief kunt beïnvloeden
- ~ Verschillende posities van waarnemen
- ~ Herkennen en doorbreken van bewuste en onbewuste patronen
- ~ Communicatietechnieken, rollen en modellen
- ~ Storytelling en mindset
- ~ Over jezelf saboteren en afleiden
- ~ Verborgene dynamieken en de werking van het systeem van herkomst
- ~ Hoe je oude gedachten loslaat en ruimte maakt voor nieuwe denkwijzen en keuzes
- ~ Hoe je jouw intuïtie (Innerlijk Weten) kunt versterken én weten wat goed is voor jou!
- ~ Hoe je bewust kunt kiezen voor jezelf en voor verandering
- ~ Wat jouw grenzen zijn en hoe je die kunt benoemen
- ~ Hoe je jouw mindset positief kunt beïnvloeden

*En nog heel veel inzichten die van onschatbare waarde zijn!*



## Trainingsduur

De training duurt 12 dagen en is verdeeld over vier blokken;

- Blok 1 t/m 4 hebben ieder 3 dagen
- In blok 3 en 4 is er ook een avondprogramma gepland

Gedurende de training plannen we met elkaar nog een afrondend verdiepingsmoment. Dit zal een dagdeel zijn.

## Opleiding is geschikt voor?

Deze training is niet voor iedereen.....

Het is voor mensen die;

- kiezen voor verandering
- bereid zijn om naar zichzelf te kijken
- andere keuzes te maken
- feedback te ontvangen
- nieuwe dingen creëert

Er is geen verplichte vooropleiding nodig voor deelname aan de Create your Life Training en er zijn geen onderdelen waarvoor vrijstelling wordt verleend.

## Inhaalmogelijkheid

Je dient 90% aanwezig te zijn geweest voor het behalen van je certificaat. Mocht je een keer afwezig zijn dan is er altijd een mogelijkheid om een dag of een blok in te halen. Vraag naar de mogelijkheden bij de trainers.

## Studiebelasting

Het aantal studie-uren bedraagt inclusief het avondprogramma 108 uur. Tussen de blokken in zijn er drie intervisiemomenten gepland gemiddeld is dit 10 uur studiebelasting. Het bestuderen van de leerstof vergt naar verwachting minimaal 15 uur.

## Leren & toepassen

De training Create your Life gaat vooral om het toepassen in het dagelijks leven. Wil je het maximale uit de opleiding halen dan adviseren we je om na ieder blok de behandelde stof door te nemen, zodat je eventuele vragen in het volgende blok aan ons kunt stellen. In de intervisiegroepen die tijdens het eerste blok worden samengesteld, kun je de stof ook met elkaar doornemen en oefenen.

## Certificering

Aan het einde van de opleiding volgt geen schriftelijk examen. We hebben ervoor gekozen om de leerstof in de praktijk te toetsen. Hiertoe nodigen we je uit om een reflectieverslag te maken, waarin je beschrijft hoe jij verandering bent gaan toepassen in jouw leven én je geeft een korte groepspresentatie over jouw veranderingsproces.

Mocht je de eerste keer niet slagen voor de opleiding dan heb je recht op één gratis herkansing.