

‘Beter beslissen’
Gebruik het onbewuste als instrument bij beslissingen



Edufit, Graaf Florisweg 30, 2805 AL Gouda
tel: 0182 - 519292, www.edufit.nl, info@edufit.nl

Wil je meer regie over jouw eigen leven?

Edufit is een bureau met als missie: inspireren, stimuleren en ondersteunen van particulieren, professionals, en organisaties op het gebied van Educatie, Bewegen en Gezondheid.

Persoonlijke inspiratieworkshops

De inspiratieworkshops zijn bedoeld voor iedereen die meer regie over zijn eigen leven wil krijgen en zijn efficiëntie, effectiviteit of werkplezier wil vergroten.

Workshop: “Beter beslissen”

Gebruik het onbewuste als instrument bij beslissingen

Ooit eens een lijstje gemaakt bij het nemen van een belangrijke beslissing als het kiezen van een partner, het kopen van een huis, of het zoeken van een baan? Tien tegen één dat het niet werkte.

De beste beslissingen zijn onbewuste beslissingen. Uit onderzoek is gebleken dat de beste resultaten op belangrijke beslissingen, niet ontstaan door problemen lang overdenken, argumenten op een rijtje te zetten of door problemen te rationaliseren. Nee, onbewust beslissen vanuit intuïtie blijkt de beste resultaten te geven!

Als jonge kinderen weten we dit en laten we ons onbezorgd leiden door intuïtie. Maar we leren dit geleidelijk af, omdat we hebben geleerd alles te bedenken, te beredeneren, te meten, te beargumenteren en uit te leggen. In onze samenleving heeft ons bewuste, rationele denken een zeer prominente plaats verworven. Dat is jammer, want daardoor gaan we voorbij aan de kracht van ons onderbewuste.

Het goede nieuws is dat we allemaal beschikken over intuïtie. Het is een intern vermogen dat we kunnen aanspreken net zoals we onze hersenen gebruiken of lopen. Een voorbeeld: moeders weten vaak precies hoe het gaat met hun kinderen, ook als die er niet zijn.

Toch valt het vaak niet mee om naar onze innerlijke stem te luisteren, omdat we gewend zijn alleen op de ratio te vertrouwen.

We kennen allemaal het fenomeen dat we een beslissing intuïtief denken te nemen en dat we later ontdekken dat het niet klopte. Dat is heel lastig omdat we dan gaan twijfelen aan de kracht en het vermogen van onze intuïtie. Wanneer je een intuïtieve impuls volgt die "fout" blijkt te zijn, dan heb je waarschijnlijk je oppervlakkige intuïtie gebruikt. Deze intuïtie is oppervlakkig, omdat deze beïnvloed kan worden door allerlei zaken als angsten, vooroordelen, aannames en rationalisaties. Daardoor kan er een soort ruis ontstaan. De diepe intuïtie faalt nooit. Aan een diepe intuïtieve ingeving twijfel je ook niet, je wéét dat het klopt.

Wil je ook betere beslissingen nemen? Kom dan naar deze inspiratieworkshop als je naast je verstand een tweede bron van informatie en inspiratie wilt activeren. En als je twijfelt: volg dan eens je intuïtie!

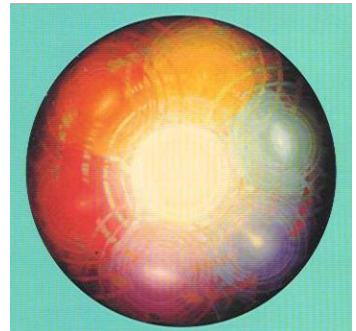
Doelen

Na afloop van de workshop kunnen de deelnemers:

- verwoorden wat intuïtie is en aangeven wat het verschil is tussen intuïtie, gevoel en ratio
- situaties herkennen van intuïtief handelen
- hun intuïtie aanspreken o.a. bij het nemen van een beslissing

Programma

- Introductie
- Kennismaking
- Intuïtie, ratio en gevoel
- Intuïtief handelen en stoorzenders
- Intuïtie en het nemen van beslissingen
- Afsluiting



Visie op opleiden en leren

De workshop is opgebouwd volgens het lesconcept van activerend opleiden. Daarnaast wordt bij de keuze van de werkvormen rekening gehouden met de verschillende soorten intelligenties. Hierdoor is de workshop afwisselend en interactief, en heeft u voldoende mogelijkheden om de informatie toe te passen in uw eigen praktijk.

Groepsgrootte

De minimale groepsgrootte is 5 personen. Maximaal kunnen 15 personen deelnemen. Van de deelnemers wordt een actieve deelname verwacht.

De docente/trainer

De workshop worden gegeven door Ine Ruijrok. Ine werkt als loopbaanadviseur en is als docent verbonden aan het Centrum voor Intuïtieve Ontwikkeling in Amsterdam. In haar werk staat de relatie MENS-WERK centraal. Kernwoorden van INE's aanpak zijn: plezier, eenvoud, licht en lucht, inspiratie, verbinding en uitwisseling.



Kosten

De workshop kan incompany worden gegeven op uw eigen locatie. De kosten voor deze workshop bedragen € 1250,00 (inclusief 19 % btw). Dit bedrag is exclusief reiskosten.

Bij een reisafstand van meer dan 100 km wordt een aangepast tarief berekend.

Contact

Voor aanvullende informatie kun je contact opnemen met Lia Bijkerk op 0182-519292 of via e-mail: l.bijkerk@edufit.nl