

MINDSET TRAINING



Module 3
Leerstaap 2 Passie

Herhalina voriae les

- Waar hebben we het de vorige keer over gehad?
- Wie heeft de documentaire nog gekeken en de QR codes gescant?
- WVA en kracht van gedachten
- RAS
- Vijf stappenplan

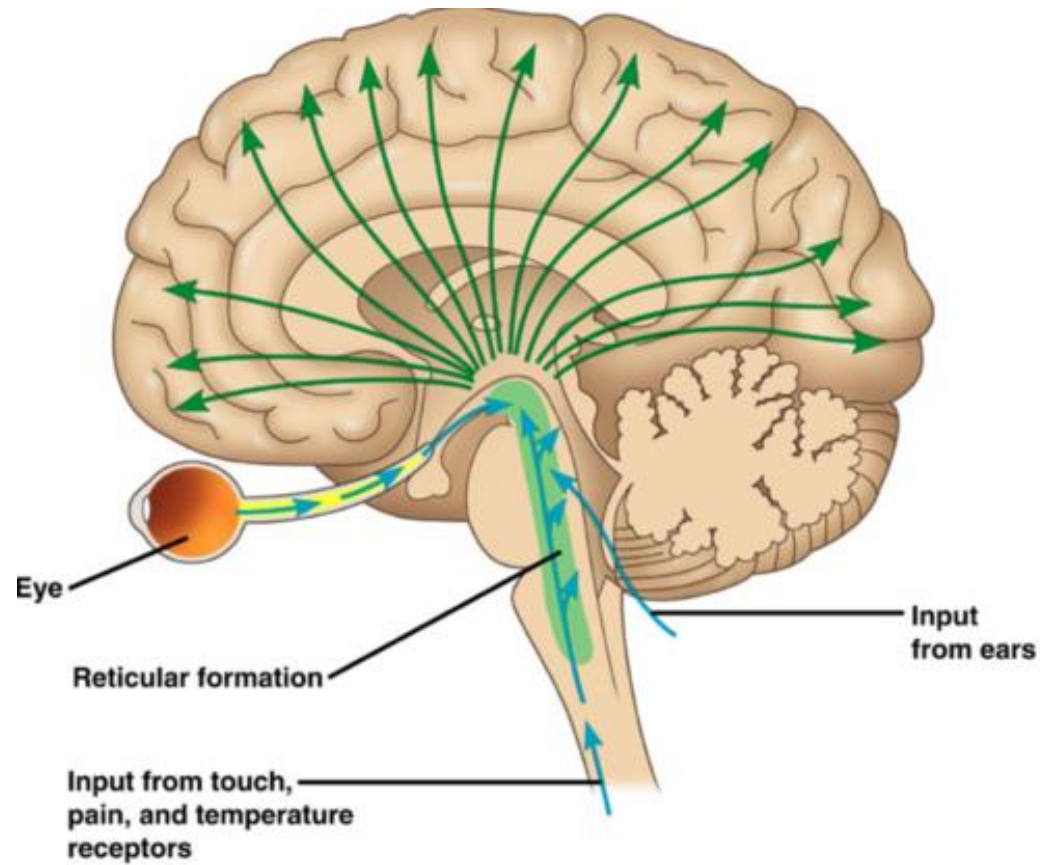


Viif stappenplan

- Focus
- Passie
- Geloof en overtuiging
- Dankbaarheid
- Actie



Reticular Activating System



Resultaat

- Je kan een moodboard en een visionboard maken
- Je bent je bewust van de invloed van emoties en gedachten op je resultaten



Workshop

- Maak een **personal statement** t.o.v. je doel (zoek op)
- Teken het persoonlijk **contract met jezelf**
- Werk zelfstandig in de klas en gebruik internet om op te zoeken
- Tijd 30 min



Kenmerken van een personal statement

- Wat vind jij echt belangrijk?
 - Welke waarden vind ik belangrijk
 - Het geeft richting en is onderdeel van persoonlijk leiderschap
 - Persoonlijke grondwet
-
- Gebruik de opdrachten uit module 1 en 2



Bespreking van de opdracht



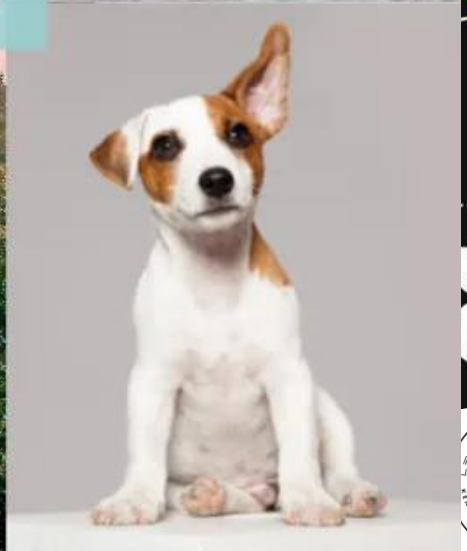
Opdracht

- Zoek op wat een visionboard en moodboard is en schrijf op in je werkboek
- Schrijf de uitkomst ook op een post-it en plak op
- Maak de vragen op blz. 38
- 15 min en werk in stilte
- Werk thuis verder aan je visionboard en neem na de vakantie mee
- Zet het op een plek waar je het elke dag ziet





Vision Board 2023



Na de vakantie

- Neem je visionboard mee
- Kijk de film inside out in de vakantie en maak voor jezelf een korte samenvatting. Lever in na de vakantie
- En de QR codes als je dit nog niet hebt gedaan
- Werk samen met je buddy



MINDSET TRAINING



Module 3

Leerstap 3 Geloof en overtuiging

Resultaat

- Je bent je bewust van de kracht van gedachten
- Je bent bekend met de term autosuggestie en affirmaties

