



LEADING THE PACK

KEN DO COACHING & TRAININGEN

Planning MindReset

Module 1	H5A1	5HA2	5HB1	5HB2
Les 1 Wat is mindset	6-9	13-9	6-9	13-9
Les 2 Persoonlijk Leiderschap	20-9	25-10 inhaal	20-9	25-10 inhaal

Herfstvakantie 16 okt t/m 20 okt

Les 3 Wie ben ik en waar ben ik goed in	1-11	8-11	1-11	8-11
Les 5 Effectief communiceren Afronden module 1	15-11	22-11	15-11	22-11
Les 4 Wat vind ik het allerleukst* Als studieopdracht meegeven. Koppelen aan de les doelen stellen				

Module 2	H5A1	5HA2	5HB1	5HB2
Les 1 Persoonlijk succes Na de les de studieopdracht meegeven uit les 4.	29-11*	6-12*	29-11*	6-12*
Les 2 Doelen stellen Studieopdracht gebruiken leerstap 4	13-12	20-12	13-12	20-12

Kerstvakantie 26-12 t/m 5 jan

Les 3 Prioriteiten stellen Les 4 Reflectie Studieopdracht meegeven les 5	17-1	24-1	17-1	24-1
Les 5 Omgaan met tegenslagen Als studieopdracht meegeven Afronden module 2 en opstarten module 3	31-1	14-2	31-1	14-2

Voorjaarsvakantie 19 feb t/m 23 feb

5HA-1

Tenny
Safiya
Khadija
Carmen
Kaoutar
Anuj
Zakia
Salah-eddine
Ozan
Achraf
Nazrin

5HA-2

Ceylin
Emi
Lara
Nour
Hannan
Wiktorja
Elif
Aliyah
Talha
Ismael
Neda
Adam

5HB-1

Ammar
Amine
Lina
Nurcan
Kevser
Wasima
Iliass
Ilayda O
Mohamed
Ayoub

5HB-2

Ilayda C
Rodrigo
Emir
Pervin
Leen
Kerem
Numan
Aiana
Jena
Lisa

MINDRESET

Doelen stellen

Jouw succesverhaal

Stuur mij jouw succesverhaal via de mail uiterlijk 11 december

Ik geef je feedback.

Na de feedback kan je het in je werkboek schrijven.

Leerstep 4 uit module 1 zelfstandig maken. Deze heb je nodig bij de les doelen stellen

Bespreken zelfstandige opdracht.

Bespreken succesverhaal

Bespreken Leerstap 4 uit module 1

Resultaat

1. Je weet het verschil tussen de verschillende doelen
2. Je kan jouw doelen omschrijven.

Soorten doelen

Persoonlijke ontwikkel doelen

Ervaringsdoelen

Financiële doelen

Materialistische doelen

Persoonlijke ontwikkel doelen

Waar in wil je jezelf ontwikkelen? Waar wil je goed in worden?

Zijn er waarden die je wilt nastreven? Kan je hier een persoonlijk ontwikkel doel aan koppelen?

Wil je goed worden in een bepaalde sport, omgaan met mensen, communicatie?

Ontwikkeling van een vaardigheid of kennis om jezelf te verbeteren.

Ervaringsdoelen

Wat wil je meemaken? Wil je bepaalde plekken bezoeken in Nederland, Europa of de wereld?

Wil je ervaren hoe het is om de wereld rond te reizen, skien, duiken?

Wil je een gezin of juist niet?

Wil je een boek schrijven?

Een eigen bedrijf of een baan bij een bedrijf?

Financiële doelen

Wat heb je nodig voor een zorgeloos bestaan?

Wil je per maand genoeg verdienen om jouw leven te leven?

Wil je elk jaar op vakantie? Of 2 keer of 3 keer?

Wil je financiële vrijheid om te doen wat je wilt?

Wat is financiële vrijheid?

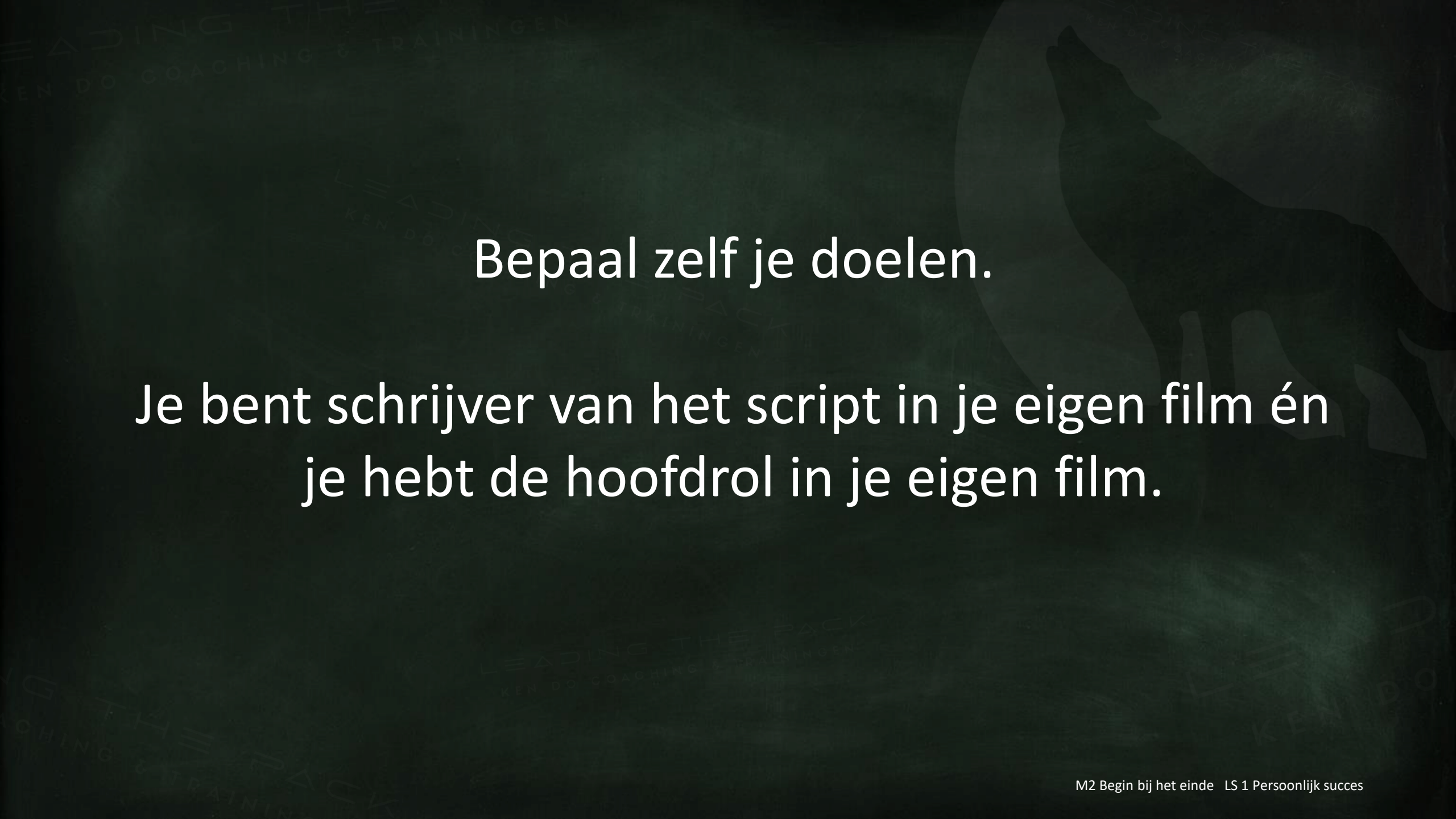
Materialistische doelen

Wat wil je hebben of kopen wat jou leven aangenamer maakt?

Welke auto wil je rijden?

In wat voor huis wil je wonen? Een rijtjeshuis, appartement of villa?

Hoe ziet je huis er van binnen uit?



Bepaal zelf je doelen.

Je bent schrijver van het script in je eigen film én
je hebt de hoofdrol in je eigen film.

Autosuggestie of zelfsuggestie

Autosuggestie is het bewust beïnvloeden van je bewuste en onderbewuste mind. Dit doe je door gebruik te maken van je verbeeldingskracht bijvoorbeeld door het maken van een persoonlijk succesverhaal.

Schrijf je doelen zo gedetailleerd mogelijk op omdat je op deze manier overheersende gedachten creëert.

Je bent het product van je meest dominante gedachten.

Bepaal zelf welke gedachten je hebt.

Bepaal je doelen

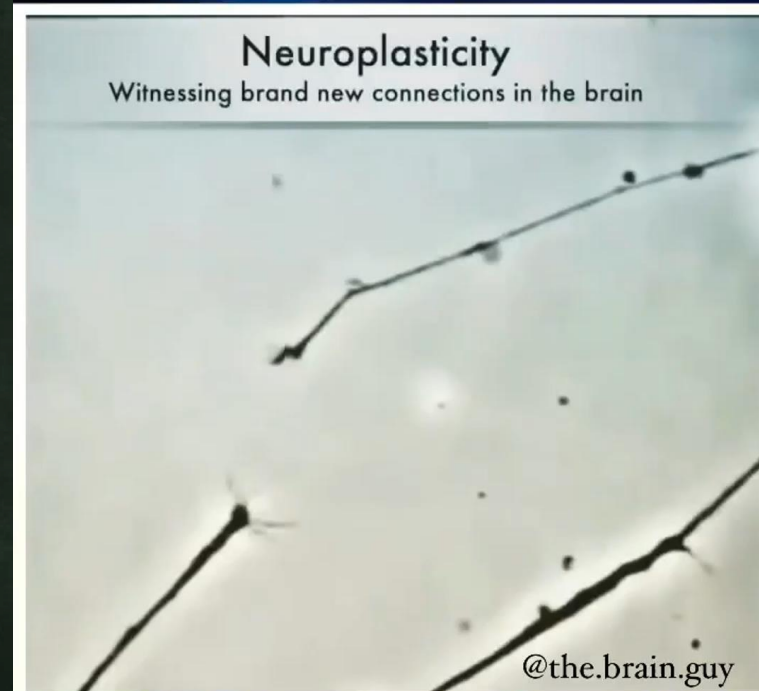
Korte termijn 0-1 jaar

Middellange termijn 1-3 jaar

Lange termijn 3-5 jaar

Bepaal twee doelen uit de korte termijn die je gaat uitwerken

Neuroplasticiteit



Volgende bijeenkomst

Doelen uitgewerkt

Succesverhaal mailen

Werken aan prioriteiten

Nadenken over behoefte die je hebt die we kunnen behandelen tijdens de training