

LEADING THE PACK  
KEN DO COACHING & TRAININGEN

---

# ***MISSION*** ***POSSIBLE***



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





# SUCCESSVERHAAL

Stuur het op als je feedback wilt.



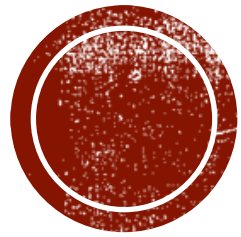
# Evaluatie van periode 1



**MISSION POSSIBLE**



18-12-2023



***DOELEN STELLEN***



***MISSION POSSIBLE***

18-12-2023

# RESULTAAT



Je weet het verschil tussen de verschillende doelen



Je kan jouw doelen omschrijven.



# SOORTEN DOELEN

---

Persoonlijke  
ontwikkel  
doelen

Ervaringsdoelen

Financiële  
doelen

Materialistische  
doelen





Waarin 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 of communicatie?

Ontwikkeling van een vaardigheid of kennis om jezelf te verbeteren.

## **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 of  
communicatie?

Ontwikkeling van een vaardigheid of  
kennis om jezelf te verbeteren.



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?  
Misschien wil je een boek schrijven.

Een eigen bedrijf of een baan bij een bedrijf?



WAT HEB JE  
NODIG VOOR  
EEN ZORGELOOS  
BESTAAN?

WAT WIL JE PER  
MAAND VERDIENEN  
OM JOUW LEVEN TE  
LEVEN?

HOE VAAK PER JAAR  
WIL JE OP  
VAKANTIE?

WIL JE FINANCIËLE  
VRIJHEID? WAT IS  
FINANCIËLE  
VRIJHEID?



WAT WIL JE HEBBEN  
OF KOPEN WAT JE  
LEVEN  
AANGENAMER  
MAAKT?

WELKE AUTO WIL JE  
RIJDEN?

IN WAT VOOR HUIS  
WIL JE WONEN?

HOE ZIET JE  
DROOMHUIS ER UIT?



'Bepaal zelf je doelen, je bent namelijk schrijver  
van het script in je eigen film én je speelt de hoofdrol'

*MISSION POSSIBLE*

12/18/2023



# AUTOSUGGESTIE

Autosuggestie of zelfsuggestie is het bewust beïnvloeden van je bewuste en onderbewuste mind door gebruik te maken van verbeeldingskracht.





Autosuggestie is een techniek die je kan helpen om jezelf te trainen in het hebben van een positieve mindset.

Het is een vorm van zelsuggestie waarbij je door middel van herhaling van gedachten, ideeën of doelen deze in je onderbewustzijn kan laten doordringen.

Hierdoor kan je meer geloof en vertrouwen in jezelf kweken op de lange termijn.



# AUTOSUGGESTIE

---



SCHRIJF JE DOELEN OP



CREËER  
OVERHEERSENDE  
GEDACHTEN



ONTWIKKEL  
VERBEELDINGSKRACHT



HERHAAL ELKE DAG



# BEPAAAL JE DOELEN

- Korte termijn 0-1 jaar
- Middellange termijn 1-3 jaar
- Lange termijn 3-5 jaar

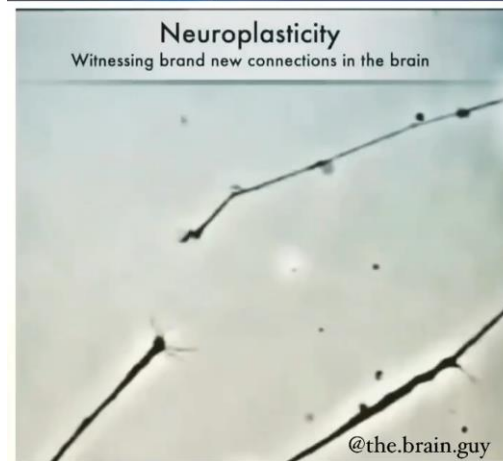




# NEUROPLASTICITEIT

- Neuroplasticiteit is het vermogen van de hersenen om zichzelf te herstellen en te herstructureren.
- Dit betekent dat de hersenen in staat zijn om nieuwe verbindingen tussen neuronen (hersencellen) aan te maken, waardoor het brein zich kan reorganiseren.
- Dit proces is een continu proces in je brein.
- Door middel van oefeningen kan je dit versterken door o.a. verbeeldingskracht te gebruiken.









# FIJNE FEESTDAGEN

18-12-2023

*MISSION POSSIBLE*

