

Inner Skiing voor (familie)bedrijven

Een training voor ondernemers die in een andere omgeving naar zichzelf willen kijken.



Je kent het vast wel. Je hebt van die dagen dat alles lukt. Het gevoel dat je van de berg afzweeft.

En dan heb je zo'n dag dat het allemaal niet wil vlotten. Je denkt teveel of te diep na. Vervalt in oude fouten. Wordt krampachtig en angstig. Je forceert jezelf en je raakt je natuurlijke ritme helemaal kwijt.

Het idee achter Inner Skiing voor familiebedrijven

Ik koesterde de droom om een training te ontwikkelen die mijn werk en mijn passie verbindt. Mensen en teams binnen familiebedrijven in hun kracht zetten én het skiën. Met de training Inner Skiing voor familie-bedrijven wordt deze droom realiteit. In de methode die ik heb ontwikkeld, leg ik een parallel tussen skiën en omgaan met veranderingen.

Innerlijk skiën?

De training is een innerlijk spel waarin je leert off days te herkennen en te overwinnen. Off days komen meestal voort uit negatieve geestelijke barrières die je zelf opwerpt. Hierdoor word je angstig en onzeker, je verkrampt. Dan gebeurt precies wat je niet wil.

Wat ga je leren?

- Je leert 'ontspannen concentratie'; vertrouwen in je lichaam en de eigen ervaring.
- Realisatie dat goed skiën niet voortkomt uit geforceerd moeite doen.
- Acceptatie van een leerproces, dat je eigenlijk allang kent.
- Herkennen van innerlijke obstakels op weg naar verandering.

Uiteindelijk zal je beseffen dat wat je met elkaar doormaakt veel meer effect heeft dan bij het skiën alleen. Omdat dezelfde mechanismen ook spelen bij verandering in je dagelijkse werken en je functioneren als ondernemer en/of leidinggevende.

Programma

Voor een korte beschrijving van het programma, zie achterzijde van deze flyer.

Voor wie?

De workshop is bedoeld voor familiebedrijven en ondernemers die in het kader van teambuilding, netwerken en scholing kiezen voor een korte ski-trip.

Locatie en data

Locatie en data worden in overleg bepaald. Ik heb goede ervaringen met dit type trainingen in de omgeving van Innsbruck.

Aantal deelnemers

Het minimum aantal deelnemers is 5, maximaal 12.

Meer informatie en aanmelden

Bel 06-53192196 - of stuur een mail naar dorine@dorine.nu.

Investering

Afhankelijk van de wensen van de klant, maak ik een offerte op maat.

Over Dorine Huijbregts

Dorine.nu is een bureau met 20 jaar ervaring in training en coaching van (familie)bedrijven.

Zij komt uit een ondernemersgezin en heeft een achtergrond in bedrijfskunde, psychologie en zingeving.

Op inspirerende wijze verbindt Dorine haar methodiek met ondernemerschap.



Programma

Het programma Inner Skiing voor familiebedrijven bestaat uit 2 x 2 uur theorie en ervaringen delen met de groep. Direct daarna gaan we oefenen in de praktijk!

Optie 1

De eerste theorie-sessie kan eventueel vóór vertrek in Nederland plaatsvinden en de tweede op de ski-locatie. Voordeel hiervan is dat je direct focust op je leerdoel en je in de stemming komt.

Optie 2

Aanvulling op het programma in de vorm van begeleiding door een plaatselijke skileraar die het gebied ter plekke goed kent, en meer focus legt op de techniek.

