

Perfectionisme de deur uit!

Hierdoor juist meer presteren



Betere kwaliteit door de lat op de juiste plaats te leggen

In onze trainingen en coaching komen we keer op keer dezelfde verzuchting tegen: "ik ben nu eenmaal een enorme perfectionist".

Of het nu gaat om een training Time Management, Persoonlijke Effectiviteit, Leidinggeven of Coaching, deelnemers lopen hier kennelijk in diverse situaties tegen aan. Als ze bij aanvang van een training uit diverse spreuken er één mogen uitkiezen zijn de volgende spreuken populair:



Als je jezelf ziet als een perfectionist dan zal je toch ook willen onderstrepen dat het vanzelfsprekend is om zaken perfect af te willen leveren.

Het heeft je ook ver gebracht!

Maar is dat ook echt zo...?



Je kunt je hier inschrijven



Voor wie?

Als je op onderstaande uitspraken veelal ja moet zeggen, gun jezelf dan om deze training te gaan volgen!

- Ik ben een echte perfectionist.
- Ik leg de lat vaak (te) hoog.
- Ik verwacht dit ook van anderen en hiermee zet ik anderen onder druk.
- En als het dan vervolgens niet goed gaat denk ik: "doe het toch zelf"
- Doordat ik bij voorkeur alles zelf doe, heb ik het erg druk.
- Hierdoor neemt de spanning alleen maar toe, omdat ik alles toch perfect wil blijven doen.
- En ik werk veel, vaak tot 's avonds laat en in het weekend. Vaak ten koste van mijzelf en mijn familie.
- Als je je dan ook nog eens erg verantwoordelijk voelt voor wat er gebeurt, dan maakt dat het er allemaal niet makkelijker op.
- Wat zo vervelend is..., hoe sterker de drang om alles perfect te doen, hoe minder goed de resultaten worden.
- En dan is de cirkel rond, de druk neemt nog verder toe.
- Ik ben een echte perfectionist.

Meer kwaliteit leveren door de lat op de juiste plaats te leggen

Tijdsbestek

[Zie hier voor de tweedaagse training en waar deze plaatsvindt in 2018](#)

Investering

De deelnameprijs is € 575,- vrij van B.T.W. In dit bedrag zijn deelname, cursusmateriaal, lunches, koffie/thee en frisdranken inbegrepen.

Vragen?

Bel gerust naar Paul van der Velde

Mobiel: 06 – 54 39 85 21
of stuur een email: paul@gebv.nl

Perfectionisme de deur uit

- Helpt je om bovenstaande patronen te doorbreken.
- Geeft inzicht in de bron van jouw neiging tot perfectionisme.
- Leert je om beter resultaat te boeken, juist door je perfectionisme en faalangst los te laten.
- Leert je de lat lager te leggen bij minder belangrijke zaken waardoor je tijd én energie over houdt om de belangrijke zaken echt goed te doen.
- geeft je meer rust hebt waardoor het mogelijk wordt om een keer te excelleren als het er écht toe doet. Denk maar aan die fantastische prestatie van een sporter die zichzelf bij een groot toernooi overtreft.
- Laat je positief denken over falen

De training wordt gegeven door Lizelotte Wijn & Paul van der Velde



Wij vinden o.a. deze variabelen belangrijk om een goede training te geven:

- Integriteit / respect
- Empathie
- Veiligheid, openheid en durf



Aanpak

In deze training ga je o.a. op zoek naar persoonlijke drijfveren die jouw perfectionisme in stand houden. Met andere deelnemers kun je elkaars ervaring benutten.

“Door de lat op een reële hoogte te leggen betere kwaliteit van werk kunnen leveren, waardoor je meer voldoening haalt uit je werk en daarmee meer rust zult ervaren én waarschijnlijk ook gelukkiger zult worden”

We stemmen het programma altijd af op de specifieke vragen van de deelnemers. Er wordt veel aandacht besteed aan het uitwisselen van ervaringen. We maken gebruik van concrete vragen en cases van de deelnemers.

Leren van elkaar!

[Je kunt je hier inschrijven](#)



Klik op het plaatje voor een animatie



Emo-Ratio
Emmapplein 12
2014 VA Haarlem
06 - 25 40 47 72
www.emo-ratio.nl



Global Edutainment
Wilsonweg 6
2182 LR Hillegom
0252 - 518 537 / 06 - 5439 8521
www.globaledutainment.nl

Benieuwd?

Neem gerust contact op met Lizelotte of Paul