

Coachingsretraite

Wil je je even helemaal onderdompelen in een persoonlijk vraagstuk en in een snelkookpan werken aan je persoonlijke ontwikkeling? En tegelijkertijd een korte vakantie op een rustgevende, landelijke en inspirerende plek? Dan is de 4-daagse **Coachingsretraite** in Keetje wat voor jou.

- 4 overnachtingen
- 3 coachingsgesprekken
- 5 begeleide reflectie-opdrachten

Je komt 's avonds op dag 1 aan en verblijft in Keetje, ons retraitehuisje. Keetje heet je welkom met wat lekkers en een aankomstvraag. De avond is vrij in te vullen. Je kunt de avond in Keetje blijven of de omgeving verkennen, wat voor jou passend is op de komende 3 dagen. Er ligt voldoende leesvoer, plaatjes kijken en wandelroutes om je op weg te helpen, maar niets moet.

De volgende drie dagen, na een uitgebreid ontbijt, plannen we samen jouw coachingsgesprekken. Tussendoor is er veel tijd om te ontspannen en je eigen invulling te geven aan de dagen. Even op helemaal op jezelf teruggeworpen zijn versnelt het proces. Na elk gesprek krijg je enkele vragen mee die je reflectie op gang helpen.

Keetje staat in het voedselbos op voldoende afstand van de dagelijkse drukte en voldoende dichtbij voor contact. Je wordt omringd door onze paarden en erfieren. Je kijkt uit over het boeren (natuur-inclusieve) landschap van het buitengebied van Beilen.

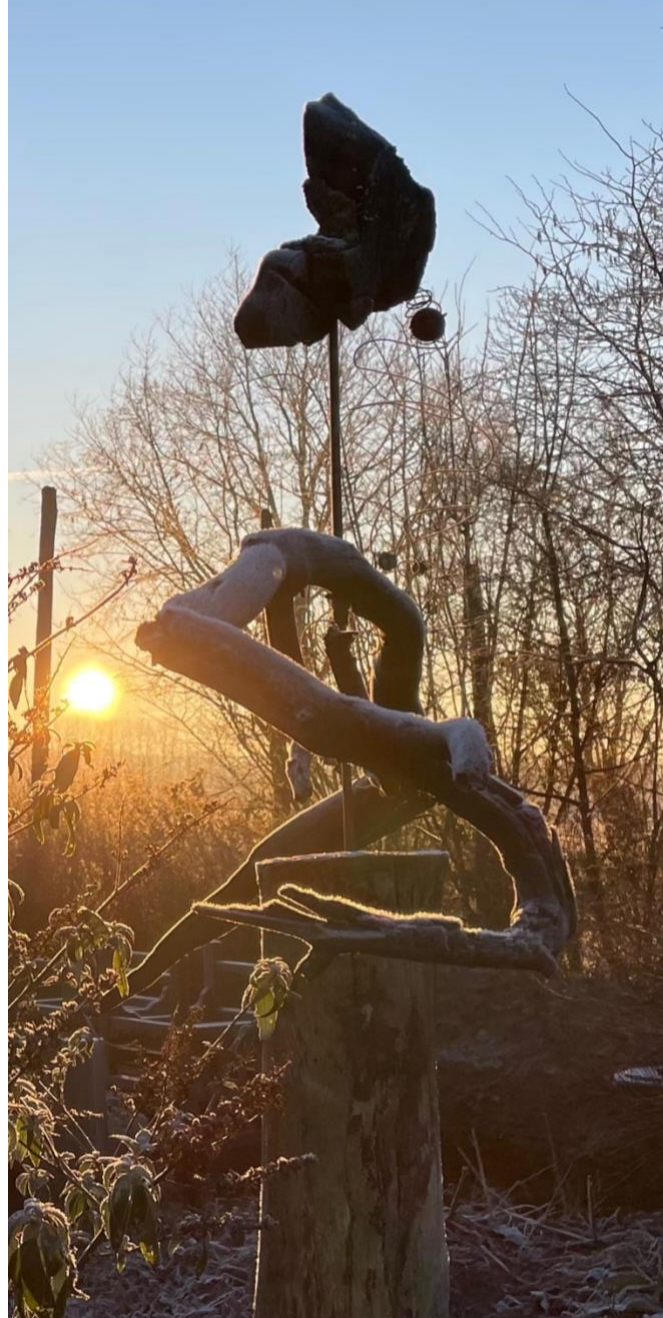
Programma

In de **coachingsretraite** formuleer je antwoord op de vraag: hoe wil ik verder in mijn leven, mijn loopbaan en/of mijn werk. De lijn die gevolgd wordt is driedelig: hoe ben ik geworteld, waar sta ik nu (voor) en hoe wil ik betekenisvol zijn. Dit doen we aan de hand van je eigen levensverhaal. Wie ben ik en waar kom ik vandaan. Je ontdekt waar je echt 'ja' tegen zegt, wat is aangeleerd of van je wordt verwacht.

Mensen die de retraite eerder volgden geven aan dat ze zijn gaan doen wat ze dachten niet te durven.

Met mijn hulp formuleer je wat je wilt behouden en waar je afstand van wilt doen. Om te komen tot de kernvraag: wat wil ik echt? Hoe kan en wil ik bijdragen, wat heb ik te doen. Daarbij komt ook de vraag aan de orde: hoe zorg ik daarbij goed voor mezelf?

Aan het eind van het programma weet je met welke stap je verder kunt en in actie kunt komen.



Prijs

€ 675,00

Data: In overleg
f.huigens@expressief.com
06-4895 8275

Ontbijt, Lunch en avondeten: € 100,00