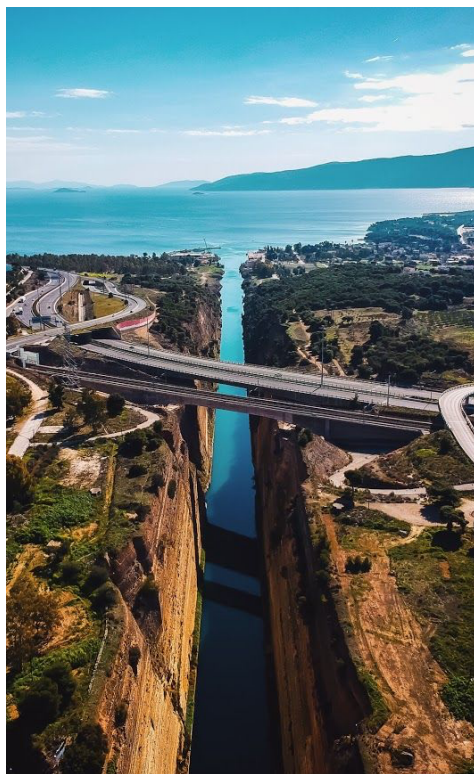


HOE WORD IK BRUGGENBOUWER?

PERSOONLIJKE ONTWIKKELING
OP BASIS VAN EMOTIONELE INTELLIGENTIE



Opleiding van

Gail Heslinga & Tara Dik



Wie zijn wij

Wij zijn Gail Heslinga en Tara Dik: bruggenbouwers. Vanuit een rijke ervaring delen wij deze kennis nu met jullie. Waar wij blij van worden? Van mensen die in staat zijn te doen wat bij ze past. Van mensen die ontdekken dat de kracht in hun zelf ligt. Van mensen die teleurstellingen transformeren in kansen. En wij zijn de katalysator in jouw proces. Door je kennis aan te reiken, zodat je begrijpt wat er gebeurt. Door je praktische vaardigheden te leren, waardoor je succesvol bent. En door je te coachen bij jouw persoonlijke hulpvragen. Met ons enthousiasme moedigen we je aan je grenzen te verleggen.

Waarom zijn wij daar goed in?

Wij vertalen 2 x 20 jaar opleiding in belevingspsychologie, vitaliteit, training en coaching, naar nu. Praktisch en concreet met voorbeelden uit onze eigen praktijk. Wij delen dezelfde passie en vullen elkaar daarin aan. Zo krijg jij het beste uit twee werelden.



[Linkedin.com/in/gailheslinga](https://www.linkedin.com/in/gailheslinga)
[Gailscompany.nl](https://www.gailscompany.nl)

[Linkedin.com/in/taradik](https://www.linkedin.com/in/taradik)
[Nlperception.com](https://www.nlperception.com)

Word bruggenbouwer

Iedereen is anders. Met een eigen rugzak, eigen ideeën en een eigen manier van communiceren. Dat maakt het soms lastig om de ander te bereiken. Het ontwikkelen van je Emotionele Intelligentie helpt je daarbij. Het stelt je in staat emoties te herkennen en ermee om te gaan. Op een positieve, opbouwende manier. Zowel met jezelf als in relatie met anderen. Zo verbind je werelden en bouw je bruggen.



Dit is wat je leert

- Emoties herkennen en ermee omgaan
- Geweldloos en effectief communiceren
- Je talenten en potentieel ontdekken en benutten
- Bewust worden van je valkuilen en ermee omgaan
- Verantwoordelijkheid nemen voor jezelf
- Verbinden met anderen en jezelf
- Trouw blijven aan wie jij bent

En dit levert het je op

- Zelfinzicht & Balans in werk en privé
- Effectieve samenwerking
- Emotionele groei en persoonlijke ontwikkeling
- Internationaal erkend ABNLP Practitioner certificaat

Voor wie?

Voor iedereen die in zijn werk te maken heeft met bruggen bouwen tussen (groepen) mensen en handelt op een HBO werk- en denkniveau. Teammanagers, leidinggevendenden, projectleiders, coördinatoren, HR adviseurs, mediators, docenten, trainers, coaches en zo meer. Kortom: voor iedereen die écht een stap wil maken in zijn persoonlijke ontwikkeling.



Wat vind je van de trainerskwaliteiten van de trainers?

Cijfer: 10

Tara en Gail vormen een perfecte aanvulling op elkaar. Individueel zijn jullie al heel sterk, maar als team helemaal. Jullie vullen elkaar aan en voelen de groep goed aan. Bovendien vind ik de ontspanning waarmee de lessen ingevuld worden heel prettig.

A decorative background at the top of the page featuring a network diagram with blue nodes and connecting lines, resembling a neural network or a social network structure.

Onze aanpak

Check-in & me4all® Talentscan

Je reis begint met een persoonlijk plan. Te starten met een kennismaking en de me4all® Talentscan. Zo kennen wij jouw startpunt én je bestemming. Op de eerste opleidingsdag ontmoet je je reisgenoten (max. 8 deelnemers). Samen volg je, je opleiding. Natuurlijk ondersteund met passend lesmateriaal.

En je kun ook nog 2 keer met jouw persoonlijke gids (coach) afspreken. In totaal zijn we 75 uur met elkaar onderweg. Oftewel, 10 dagen verdeeld over 9 maanden.

Kennis en -vaardigheden

Wij delen kennis uit de Belevingspsychologie (NLP), Analytische Psychologie (Jung), Systemisch werken & denken (Bateson), Oplossingsgerichte coaching (de Shazer) en Emotionele Intelligentie (Goleman) en verduidelijken dit met casussen en praktijkervaringen. Aangevuld met oefeningen en discussie. Concreet:

- 75 uur verdeeld over 10 live-dagen
- 3 uur persoonlijke coaching (meer mogelijk op aanvraag)
- Opdrachten voor toepassing in je dagelijkse praktijk
- Maandelijks intervisie met je groep
- Circa 2 uur studiebelasting per week

Afsluiting

Gedurende je opleiding houd je een portfolio bij. Aan het eind van de reis zijn we benieuwd naar je ervaringen. Waar stond je toen je begon en wat heb je geleerd? We vragen je jouw inzichten te delen in een presentatie, waarin je jezelf laat zien.

Basis opleiding

Dag 1	op locatie	vrijdag 8 maart 2024
Dag 2	op locatie	vrijdag 5 april
Dag 3	op locatie	vrijdag 26 april
Dag 4	op locatie	vrijdag 17 mei
Dag 5	op locatie	vrijdag 14 juni
Dag 6	op locatie	vrijdag 20 september
Dag 7	op locatie	vrijdag 11 oktober
Dag 8	op locatie	vrijdag 8 november
Dag 9	op locatie	vrijdag 6 december
Afsluiting dag 10	op locatie	vrijdag 10 januari 2025



Wat ons blij maakt

We bieden onze Bruggenbouwer reizen nu alweer enkele jaren aan. Super trots zijn we wanneer we jaren later het volgende berichtje ontvangen. Dit is waar wij het voor doen: jullie ondersteunen om je eigen weg te vinden.

Sinds ik in 2021 met jullie de mooie NLP opleiding gedaan heb, heb ik het roer behoorlijk omgegooid. Dank daarvoor!!! Ik koester al heel lang de wens om eigen trails/reizen te organiseren. Samen met mijn vriend ga ik die droom nu waarmaken in Portugal!

Ja, je leest het goed. Ik heb mijn beide doelen maximaal behaald: betekenisvol werken, weg van de ratrace en een liefdevolle relatie. De opzet van jullie opleiding heeft deze transformatie mogelijk gemaakt en dat wilde ik graag nog met jullie delen.

Rowan Schaaf vanuit Portugal

Meesterschap

Help bruggen bouwen

Was het eerste jaar gericht op persoonlijke ontwikkeling. In het Master Practitioner jaar ga je anderen ondersteunen om het beste uit zichzelf te halen. Dat kan in de rol van coach of van leidinggevende. Vanuit de principes van mensgericht leiderschap verschuift de aandacht van jezelf naar wat anderen nodig hebben om succesvol te zijn. Jij bent daarin de sleutel. Je bewaakt het proces zodat jullie samen de gewenste resultaten weten te behalen.



Dit is wat je leert

- NLP Master Practitioner vaardigheden (mèt Internationaal erkend NLP Master Practitioner certificaat ABNLP)
- Bouwen aan vertrouwen
- Alles is strategie
- Waarden verbinden ons
- Waarom doen mensen wat ze doen?
- Toveren met taal
- Cultuur bepaalt het kader
- Over geloof valt niet te twisten
- Over je staande houden en van je afbijten
- Vitaliteit, de meest vanzelfsprekende context

En dit levert het je op

- Teaminzicht en flexibiliteit
- Situationeel leiderschap en oplossingsgericht coachen
- Bewust van de rol van het onbewuste in samenwerking
- Inzicht en diepgang in menselijke relaties
- Emotionele groei en persoonlijke ontwikkeling

Planning

Dag 1	op locatie	vrijdag 15 maart 2024
Dag 2	op locatie	vrijdag 19 april
Dag 3	op locatie	vrijdag 24 mei
Dag 4	op locatie	vrijdag 28 juni
	intervisie	vrijdag 30 augustus
Dag 5	op locatie	vrijdag 27 september
Dag 6	op locatie	vrijdag 25 oktober
Dag 7	op locatie	vrijdag 22 november
Dag 8	op locatie	vrijdag 13 december
Dag 9	op locatie	vrijdag 17 januari 2025
Afsluiting dag 10	op locatie	vrijdag 14 februari 2025



Wat ons blij maakt

We bieden onze Bruggenbouwer reizen nu alweer enkele jaren aan. Super trots zijn we wanneer we jaren later het volgende berichtje ontvangen. Dit is waar wij het voor doen: jullie ondersteunen om je eigen weg te vinden.

De opleiding heeft zeker aan mijn verwachtingen voldaan en zelfs overtroffen! Met name de combinatie van lesdagen met individuele coaching heb ik positief ervaren. Zo was er de gelegenheid om individuele vraagstukken mee aan te pakken. Ook de toepassing van de me4all@Talentscan heb ik als zeer waardevol ervaren. Met het volgen van de Practitioner opleiding in 2019 heb ik kennis op kunnen doen van diverse NLP-technieken, met deze Master Bruggenbouwer zijn deze uitgebreid en de verbanden gelegd, hiermee vielen de puzzelstukjes op zijn plaats. Mijn vaardigheden op het gebied van coaching en leiderschap zijn flink toegenomen.

Ton Böhmer, projectleider/ondernemer

Praktische zaken

Een flexibele mix

De opleiding bestaat uit 10 trainingsdagen in Bilthoven (nabij snelwegen en NS station). Gratis parkeren. Indien opgelegd door overheidsmaatregelen, wordt een live dag vervangen door 2 dagdelen met interactieve webinars.

- Training op locatie: vrijdag van 09.00-16.30 uur
- Webinars: vrijdagochtend van 08.45-12.00 uur



Lesmateriaal & Examen

Je ontvangt van ons het benodigde lesmateriaal. Aanvullend is het boek *'Laat je niet gijzelen'* van George Kohlrieser, circle publishing (2018) een aanrader. Het examen zal in de vorm van een afrondende presentatie zijn op de laatste lesdag. Hier toon je je groei en opgedane vaardigheden, gekoppeld aan jouw leerdoel van de opleiding. Eventuele herkansing is mogelijk in onderling overleg.

Investing

De opleiding kost € 3.495, is vrijgesteld van btw en inclusief lesmateriaal.

Het STAP-budget gaat vanaf 2024 gedeeltelijk over in SLIM. Deze subsidieregeling stimuleert leren en ontwikkelen tijdens het werkzame leven om werknemers duurzamer inzetbaar te maken en te houden op de arbeidsmarkt. Vanaf 2024 mag SLIM ingezet worden voor individuele scholing.

Ervaring

In hoeverre heeft de opleiding aan jouw verwachtingen voldaan?

Cijfer: 9

Toelichting: Gezien de eerdere ervaring met communicatietrainingen zijn de verwachtingen ruim overtroffen. Ik heb nog nooit zoveel stappen kunnen zetten en tegelijkertijd zie ik dat ik nog veel te leren heb. Deel van theorieën al eens kennis mee gemaakt in verleden, maar niet echt blijven hangen. Opzet van deze Bruggenbouwer training (verdeling over periode van 11 maanden, met tijd om toe te passen en te laten bezinken maakt dat vaardigheden en inzichten beter blijven hangen. Niettemin is er ook nog meer tijd en oefening nodig om vaardigheden en inzichten verder te laten beklijven.

Een geweldige ervaring begeleid door twee fantastische trainers die op een hele ontspannen, veilige en prettige manier mij als mens naar een hoger plan hebben gebracht. Dit mogelijk gemaakt door een hele goede combinatie van een individueel profiel met zeer goede lesstof. Beide worden op een dusdanige wijze eigen gemaakt bij de deelnemers dat deze training/opleiding onbetaalbaar waardevol is en blijft.

Vincent Schagen, Principal Treasury Manager, ING Bank N.V.

Een opleiding die eigenlijk boven mijn verwachting heeft voldaan. En waar je volledig focus kan leggen op jouw leerdoel. Een mooie persoonlijke opleiding waar jij jezelf echt kunt ontwikkelen op de vlakken die voor jou belangrijk zijn. Voor mij stond de “ander” centraal en heb daar veel inzicht in gekregen. Tara & Gail mijn dank is groot.

Jeroen de Vroomen (Imperial Tobacco Ltd)

In hoeverre zijn jouw inzichten toegenomen?

Cijfer: 10

‘Gail en Tara hebben een grote kennis van de materie en brengen deze met een drive en enthousiasme. Door hun rijkelijke eigen ervaring zijn zij in staat om hun verhaal “handen en voeten” te geven en inzichtelijk te maken met praktische voorbeelden tijdens de open discussies. Heel leerzaam! Naast de interessante en veelal nieuwe stof die in de opleiding wordt aangereikt, geeft de opzet van deze opleiding (door bijvoorbeeld intervisie en het laten “beklijven” van het geleerde in de dagelijkse praktijk) iets extra. Door zowel de open discussies en input van Gail en Tara als ervaren trainers, alsook door aanvullende intervisies in de groep zelf. Behalve het NLP Master Practitioner curriculum omvat de Bruggenbouwer opleiding ook belangrijke toevoegingen op het gebied van Emotionele Intelligentie. Deze opzet en de openingen die ontstaan voor verdere verdieping en inzichten maken het van grote toegevoegde waarde, ook in een zakelijke omgeving. Een prachtige inspirerende opleiding die verrast door de krachtige opzet en die mij wederom nieuwe inzichten en handvaten heeft gegeven waar ik ook daadwerkelijk wat mee kan (en ook al heb gedaan nu ik hier op terugkijk).’

Willie Wienholts – Senior Project Manager, Siemens Gamesa Renewable Energy

In hoeverre heeft de opleiding aan jouw verwachtingen voldaan?

Cijfer: 8,5

Meer dan! De persoonlijke aandacht en echt de diepte in kunnen gaan doordat je met een kleine groep bent en twee trainers heeft hier echt aan bijgedragen. Ook jullie voorbeelden en het steeds benoemen van zaken zorgen ervoor dat je kennis steeds bewuster tot je neemt en zo de vaardigheden steeds beter kan inzetten. De opleiding ‘Bruggenbouwen voor coaches en leidinggevenden’ is echt een verrijking voor jezelf. In een kleine groep met veel persoonlijke aandacht ontwikkel je je kennis en vaardigheden op het gebied van coachen, leidinggeven en NLP. Deze combinatie is erg uniek. De trainers zijn zeer kundig en weten je met hun kennis en kunde te inspireren en stimuleren. Kortom, deze opleiding is een cadeau aan jezelf!

Britt de Roos, Uitgever Instruct



Aanmelden

Je kunt je aanmelden via een mail naar één van ons. Je ontvangt een bevestiging en kunt meteen een afspraak maken voor een intakegesprek.

Toch nog een vraag? Voel je vrij om te bellen.

Tara Dik



info@nlperception.com



06 – 45 48 28 61

Gail Heslinga



gail@gailscompany.nl



06 – 81 25 43 46