



ter Haar & Lamme

TRAINING

Plannen, organiseren & motiveren



6-8 deelnemers
scholieren bovenbouw
eerstejaars studenten



03 mei 2023
09.30 - 15.00



Kleine Houtstraat 70
2011 DR Haarlem

Reken nu af met uitstelgedrag!

In deze training leer je waarom je uitstelgedrag vertoont en krijg je inzicht in wat voor type uitsteller je bent. Je gaat aan de slag met oefeningen en leert omgaan met belemmerende gedachten. Tijdens de training worden verschillende technieken behandeld waarmee je leert plannen, organiseren en focus houden. Na de training ga je zelfstandig aan de slag met de oefeningen. Na ongeveer twee weken is er een (online)vervolgbijeenkomst waarin de oefeningen worden besproken.

Intake

Trainingsdag

Follow-up

Wat levert de training op?

- ✓ krijg zelfinzicht
- ✓ zet uitstellen om in actie
- ✓ maak bewuster keuzes
- ✓ leer stressblokkades opheffen
- ✓ reken af met schuldgevoelens
- ✓ werk efficiënt en gestructureerd
- ✓ hou meer tijd over

Psychologen

De training wordt gegeven door twee ervaren psychologen. Tijdens de training is er veel ruimte voor persoonlijke aandacht en begeleiding.

Prijs

Deze training bestaat uit een individuele intake, geheel verzorgde trainingsdag inclusief lunch, drankjes, materiaal, naslagwerk en een (online) vervolgbijeenkomst.

€ 625 exclusief BTW

AANMELDEN



info@terhaarenlamme.nl



023 5344 999

Bel of mail voor vragen en opties voor alternatieve trainingsdata.



ter Haar & Lamme
PSYCHOLOGISCH ADVIESBUREAU



Kleine Houtstraat 70
2011 DR Haarlem

info@terhaarenlamme.nl

023 5344 999