

Juli: Persoonlijke ontwikkeling is leuk!

Ik kom regelmatig mensen tegen die zeggen 'het lukt allemaal wel, wat kan ik nu nog leren'. Als ze dan meedoen met een workshop of cursus komen ze tot de conclusie dat er nog verrassend veel te ontdekken valt. En dat het nog leuk is ook.

Als ik zelf deelneem aan bijscholing of een inspirerende workshop word ik ook vaak weer verrast. Soms met voortschrijdend inzicht, dus op basis van wat ik eerder heb geleerd, zie ik iets bekends dan opeens op een andere manier. Ook kunnen we als mens niet overal tegelijk onze aandacht bij houden. Door een open nieuwsgierige houding en regelmatig stilstaan bij de dingen die je doet, het waarom en de manier waarop, leef je bewuster.



In het najaar gaan weer nieuwe cursussen van start, gericht op ont-wikkelen, ont-dekken, ont-moeten en ont-stressen. Laat deze woorden eens op je inwerken de komende tijd. Het leven zit vol met leermomenten, de kunst is om ze ook te zien en er iets mee te doen. Waarom?

Kijk maar wat het doet en wat bij jou past. Er is geen goed of fout op dit gebied. En wil je je ervaringen delen, ik hoor het graag. Geniet van de Zomer!

Y-Challenge | Counseling, coaching & training
www.stopstressenzo.nl