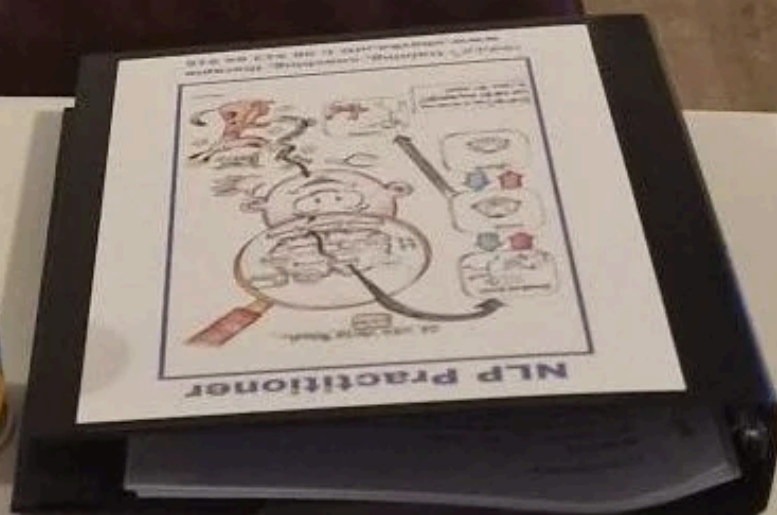




NLP PRACTITIONER · HEESWIJK-DINTHER

Persoonlijk leiderschap en *verbindende* communicatie

Leer jezelf beter begrijpen, communiceer met meer bewustzijn en geef richting aan verandering, in werk én privé.

HOOFD

Helder zien wat er gebeurt

HART

Voelen wat voor jou klopt

LIJF

Ervaren, oefenen en toepassen

MISSCHIEN HERKEN JE DIT

Je weet al veel. Nu wil je het ook leven.

- *Ik loop steeds tegen dezelfde patronen aan.*
- *Ik wil beter leren communiceren.*
- *Ik wil mezelf niet langer aanpassen.*

WAT IS NLP?

Praktisch, ervaringsgericht en toepasbaar

NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) is een praktische manier om te onderzoeken hoe je waarneemt, denkt, voelt, communiceert en handelt. Je leert patronen herkennen en ontdekken welke keuzes en reacties jou helpen en welke je misschien niet langer dienen. Niet zweverig, wel ervaringsgericht en toepasbaar in het dagelijks leven.



WAT JE MEENEEMT

Wat kan het je opleveren?

- ✓ **Meer rust en regie:** herkennen wat er in je gebeurt en sneller terugvinden wat je helpt.
- ✓ **Helderder communiceren:** beter luisteren, duidelijker zeggen wat je bedoelt en misverstanden verminderen.
- ✓ **Grenzen met verbinding:** voelen wat voor jou klopt en dit respectvol aangeven.
- ✓ **Patronen doorbreken:** bewuster omgaan met stressreacties, onzekerheid en automatische gewoontes.
- ✓ **Meer richting:** keuzes en doelen formuleren die passen bij jouw waarden en je omgeving.

VOOR WIE?

Voor jou, als je wilt groeien

Voor mensen die persoonlijk willen groeien en voor professionals die met mensen werken. Ook als je in je gezin of relaties met meer rust, helderheid en verbinding wilt communiceren, kun je veel aan NLP hebben.

Coaches

Begeleiders

Trainers

Zorgprofessionals

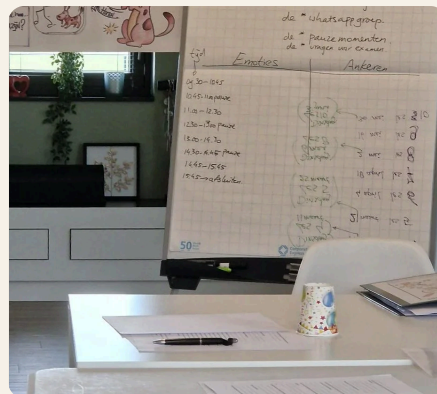
Onderwijs

Leidinggevend

WAT JE LEERT

Zes thema's, één stevige basis

De opleiding biedt een stevige basis in NLP-tools en in een menselijke, nieuwsgierige manier van kijken naar jezelf en anderen.



1 Verbinding en waarnemen

Afstemmen zonder meteen in te vullen, lichaamstaal waarnemen en contact opbouwen.

2 Taal die helpt

Helderheid creëren met vragen, perspectieven verruimen en betekenis anders leren bekijken.

3 State en emoties

Je eigen toestand beïnvloeden, ankeren, spanning herkennen en terugkeren naar rust en focus.

4 Patronen doorbreken

Automatische strategieën herkennen en onderzoeken welke nieuwe reacties beter passen.

5 Doelen die kloppen

Doelen formuleren die haalbaar zijn en rekening houden met jou én je omgeving.

6 Waarden en identiteit

Verkennen wat belangrijk voor je is en hoe je keuzes maakt die daarbij aansluiten.



HOE WE WERKEN

Ervaren, oefenen, toepassen

Je leert niet alleen over NLP-technieken; je gaat ze ervaren, oefenen en toepassen. We werken praktisch, met oefeningen in duo's of kleine groepjes, feedback en ruimte om situaties uit je eigen werk of leven in te brengen. Er is aandacht voor veiligheid, respect voor grenzen en jouw eigen tempo.

Leren met hoofd, hart en lijf, zodat inzichten niet alleen helder worden, maar ook bruikbaar zijn in je dagelijks leven.



OVER UBAVKA

Je hoeft dit niet alleen te doen.

Ik ben Ubavka, NLP-trainer, fysiotherapeut en therapeut. In mijn begeleiding combineer ik warmte met helderheid. Ik vind het belangrijk dat je niet alleen inzicht krijgt, maar ook ervaart hoe je dit kunt meenemen in gesprekken, relaties, werk en dagelijks leven.

Direct waar het helpt, zacht waar het nodig is, en met humor om te ontladen en te verbinden.

Op maat

Ik volg niet alleen het programma, maar ook de mens die voor me zit.

Hobbels horen erbij

Twijfel of weerstand mag mee de opleiding in. De hulp daarbij zit erin.

Je certificaat haalbaar

Iedereen die instapt, begeleid ik naar het NLP Practitioner certificaat.

WAAR JE AAN TOE BENT

Praktische informatie

Locatie	Heeswijk-Dinther
Groep	Kleine groep, met persoonlijke aandacht
Start en planning	Bespreek ik graag met je. Neem contact op voor de actuele mogelijkheden.

INVESTERING

€ 2.997

Voor de volledige NLP Practitioner opleiding.

Voel je interesse?

Een nieuwsgierige misschien is genoeg.

Stuur me gerust een bericht. Dan kijken we samen of de opleiding past bij waar jij nu staat en waar je naartoe wilt.

06 5136 4516 · ubavka@ubavka.nl

Ubavka, coaching, training en therapie · Hoog Beugt 8, 5473 KP Heeswijk-Dinther · www.ubavka.nl

