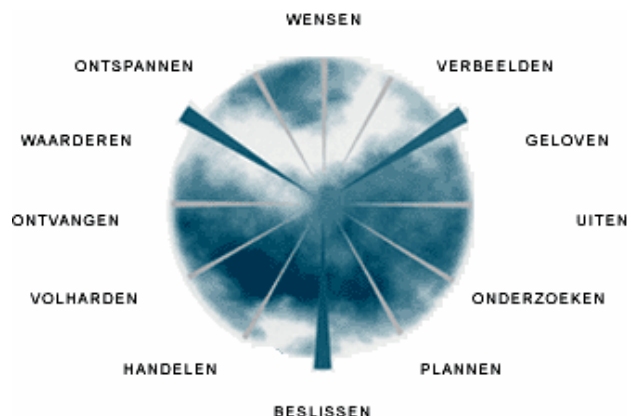


## Workshop Creatiespiraal, 16 maart 2011 Van wens naar werkelijkheid

Aspect organiseert een inspirerende en creatieve workshop, waarin de volgende onderwerpen aan bod komen:

- het ontdekken van de waarde van negatieve en positieve emoties
- het contact maken met je dromen, drijfveren en ambities
- het versterken van je vertrouwen
- het effectief leren netwerken
- het vergroten van je besluitvaardigheid
- meer succes met minder stress
- de kunst van het ontvangen en vieren.



De Creatiespiraal, Marinus Knoope, ISBN 90-804677-1-5

De Creatiespiraal gaat er vanuit dat ieder mens van nature de vaardigheden in zich draagt om zijn eigen wens of ambitie ook daadwerkelijk te realiseren. Het is de kunst om te faseren: inkeer & dynamiek, alleen & samen, binnen & buiten, overgave & wilskracht. Ook de negatieve spiraal krijgt aandacht: hoe mensen of organisaties gefrustreerd raken of in de tredmolen van het alledaagse blijven, door hun missie te negeren, waardoor ze krijgen wat ze verwachten.

Tijd: Van 10.00 tot 16.00 uur

Kosten: Ter ere van de opening van onze nieuwe zaal in de hooiberg op dana basis (dana=vrijgevigheid, een pijler uit de boeddhistische traditie incl. lunch, koffie/thee)

**Mieke Degenaar** (1956) werkt in Ophemert( West Betuwe) vanuit bureau 'Aspect' als begeleider, coach en trainer, met vragen rondom ZIN-geving en ontwikkeling en succes van mens en organisatie. Naast haar individuele en teamcoachingspraktijk geeft zij trainingen en workshops rond de thema's vitaliteit, ambitie management, kernkwaliteiten en contact en begeleidt ze cultuurveranderingstrajecten in organisaties. Haar waarden zijn authenticiteit, duurzaamheid, humor, inspiratie, verbondenheid en vertrouwen. Haar werkwijze is gericht op ratio en intuïtie, paradoxen en hier & nu. Zij heeft een brede werk- en levenservaring als begeleider, directeur, projectleider en manueeltherapeut.

### **Opleiding**

Management en communicatie bij de Transfer groep in Rotterdam. Bij Marinus Knoope heeft zij de Train de Trainer Creatiespiraal gedaan. Bij Daniel Ofman de Kernkwadranten. Ze heeft zich verdiept in Emotioneel Lichaamswerk en beoefent Vipassana-meditatie. De trainers vakopleiding volgde zij bij Karin de Galan, coaching bij de School voor Coaching, de Organic Coach Class bij Transmind, Provocatief coachen bij Linke Wegen en Systemisch werken en professioneel begeleiden van organisaties bij Phoenix Opleidingen TA/NLP. De opleiding trainer Mindfulness bij het Instituut voor Mindfulness.

### **Registratie / lidmaatschap**

Register Coach Nobco (Nederlandse Orde van Beroepscoaches),  
zij houdt zich aan de ethische gedragscode (zie [www.nobco.nl](http://www.nobco.nl))  
Certified Organic Coach © , diagnostiek dmv Organic ScoreCard, zie [www.transmind.nl](http://www.transmind.nl)  
Geautoriseerd trainer Kernkwadranten ® , zie [www.kernkonsult.nl](http://www.kernkonsult.nl)  
Lid van VMBN, Ver. Mindfulness Trainers Nederland, [www.vmbn.nl](http://www.vmbn.nl)