

—
Leer je onbewuste patronen
loslaten en krijg meer
zelfvertrouwen en energie
—

Wil je meer informatie?

T 085 – 06 04 028

E info@bumatrainingen.nl

bumatrainingen.nl/nlp practitioner

NLP Practitioner

Wil je aan de slag om meer balans in je leven te krijgen, beter te functioneren op je werk en meer ontspanning te vinden, door jezelf nog beter te leren kennen? In onze NLP Practitioner training ontdek je energielekken, leer je vastgeroeste patronen los te laten en te kijken naar je hartritme. Je bereikt met energie je doelen in je leven en communiceert gemakkelijker met anderen.

Door vastgeroeste patronen los te laten, krijg je meer balans in je leven



Wat is NLP en HeartMath

Ons brein is best handig. 95% van wat we doen gaat op de automatische piloot. Door jarenlang herhalend onbewust gedrag ontstaan gewoonten. Die sturen je in keuzes die je maakt en hoe we reageren op anderen. Dat gedrag kan ervoor zorgen dat je jouw doelen minder goed bereikt of dat het veel energie kost. De stap naar bijvoorbeeld een nieuwe baan, een betere relatie met je collega of het binnenhalen van nieuwe klanten. Maar zeker wel te bereiken!

Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP) is een methode waarmee jij je bewust kan worden van je onbewuste processen en overtuigingen.

- Je kunt met NLP loskomen van hetgeen jij meegekregen hebt van de mensen om je heen;
- Je krijgt meer controle over je gedachten, je gevoelens en je handelen;
- Je ervaart minder stress en krijgt meer energie.

Als enige trainingsbureau in Nederland combineren wij NLP met HeartMath. Bij de HeartMath methode kijken we naar je hartritme en hoe dat reageert op emoties en stress. Je leert jouw ademhaling en hartslag te reguleren. Als je hartritme een stabiel patroon laat zien, kun je beter bij jezelf blijven en beter functioneren en reageren zoals je graag zou willen.



Waarom NLP Practitioner

- Je leert effectiever te communiceren met anderen;
- Je ontdekt wie jij bent en hoe je communiceert;
- Je leert jezelf beter kennen en groeit in persoonlijk leiderschap;
- Je bereikt jouw doelen sneller en met meer energie;
- Er is een betere balans tussen werk en privé;
- Je kunt beter omgaan met emoties en onder druk helder blijven nadenken;
- En je vindt meer zelfvertrouwen.

Over Buma Trainingen

Bij Buma Trainingen geloven we dat jij de wereld ziet zoals jij deze hebt meegekregen vanuit overtuigingen en ervaringen. Als je jouw blik op de wereld verandert, verandert ook de wereld om jou heen. Het is onze missie om jou te inspireren naar een betere versie van jezelf.

We geven al training sinds 2009. Met de HeartMath methode maken we op een wetenschappelijke manier visueel duidelijk wat er in jouw lijf gebeurt als je stress ervaart. Het gaat echt over jou.

Een lesprogramma met een unieke combinatie

Deze opleiding van Buma Trainingen gaat verder dan enig andere NLP Practitioner opleiding. Hierin combineren we NLP met de HeartMath methode. Een unieke combinatie, waarin we niet alleen kijken naar jouw onbewuste patronen, maar ook naar je hart. We gaan aan de slag met:

- Metingen van jouw hart met biofeedback-apparatuur;
- Oefeningen voor thuis;
- Praktische technieken waarmee je stressvolle situaties beter kunt hanteren;
- Je leert waarom jij op een bepaalde manier communiceert en hoe anderen jou interpreteren;
- We ontdekken jouw onbewuste overtuigingen en patronen die jou nu afremmen.





Ontdekt nog sneller
jouw onbewuste
patronen

Alle informatie op een rij

- 15 dagen in 4 tot 6 maanden
- 9.30 – 17.00 uur
- Max. 16 deelnemers
- Incl. 2 handige werkboeken
- Locatie: Zaltbommel en Bilthoven
- Je kunt deze training alleen volgen, of incompany boeken voor en met je collega's.
- Kijk op bumatrainingen.nl/agenda voor de eerstvolgende startdatum.