

Wil-zelf leeroplossingen

Voor diegene die investeert in:

- Eigen talenten, kracht, gewoonten en leefomstandigheden.
- Zelfkennis.
- Zelfinzicht.
- Zelfbewustzijn.

Leer, oefen en wordt een expert in het maken van bewuste keuzes.

De **Wil-zelf** modules zijn uitermate geschikt voor kortdurende ondersteuning.

Waarde

We willen allemaal een leuk of gelukkig leven en hebben allemaal wel eens wat te overwinnen voordat we het echt leuk hebben.

Even te veel geld uitgegeven aan onze vakantie, een stressvolle verhuizing, een te grote uitdaging op het werk of een van de andere 1001 dingen die in ieders leven voorkomen.

Een mens kan persoonlijke uitdagingen in zijn eigen leven zelf ten goede veranderen.

Wil-zelf geeft de tools om jouw gewenste verandering in gang te zetten op basis van je eigen bewuste keuzes.

Zoals :

- Zelfonderzoek.
- Vinden van leeroplossingen gericht op de eigen uitdagingen.
- Gedrags- en gewoonteverandering.
- Structuuropbouw.
- Terug kijken en vooruit kijken in je eigen situatie (zelfredzaamheid).
- Accepteren van wat is en gaan voor wat kan binnen je eigen marges mogelijk is.
- Overwinnen en echt doorpakken van wat nodig is voor jou en je dierbaren.

Waarom

- Bijblijven in onze snel veranderende maatschappij.
- Loslaten van gewoonten, patronen en situaties.
- Omarmen van gewoonten, kennis en vaardigheden die nodig zijn voor jouw persoonlijke, specifieke nieuwe of hernieuwde situatie.
- Eigen maken van gewoonten, kennis en vaardigheden die nodig zijn in jouw persoonlijke specifieke leefomgeving.

Voor wie

Wil-zelf trainingsmodules zijn geschikt voor mensen die:

- Investeren in een tijdelijke voorliggende voorziening.
- Investeren in het eigen talent.
- Een tijdelijke algemene voorziening zonder indicatie willen inzetten.
- De eigen manier van denken willen aanpassen.
- Niet meer werkende overtuigingen willen bijstellen.
- Op een andere manier willen gaan leven dan voorheen.
- Een nare ervaring of ziekteproces willen verwerken.
- Het eigen revalidatieproces na een trauma of ziekte willen versterken.

Waarom

Er zijn meerdere trainingsmodules met één van de vele verschillende werkvormen of leerdoelen. Alle trainingsmodules begeleiden een lerende bij het:

- Vinden van de passende (leer)oplossing.
- Maken van een plan van aanpak.
- Uitvoeren van de eigen innovatieve oplossing.
- uitvoeren van het eigen plan van aanpak.
- Bijstellen van het eigen plan van aanpak op basis van jouw situatie.
- Overgaan tot actie en daadwerkelijk uitvoeren van wat nodig is.
- Terugkijken en vooruit kijken.
- Overwinnen van persoonlijke uitdagingen.
- Verminderen van stress.

Werkwijze

Alle **Wil-zelf** trainingsmodules zijn:

- Geheel digitaal te volgen.
- Gemakkelijk te volgen in een persoonlijke en veilige leeromgeving.
- Minimaal een jaar beschikbaar.
- Beschikbaar op ieder moment dat het jou uitkomt.

Hoe

De 11 stappen methode van Wil-zelf

- De trainingsmodules van **Wil-zelf** zijn voorzien van een didactische 11 stappenmethode. De 11 stappenmethode begeleidt je stap voor stap door het gehele leerproces.
- De 11 stappenmethode bevat 3 voorbereidende stappen, 7 inhoudelijke didactische leerstappen en 1 afrondende leerstap.
- De didactische stappen met werkvorm bevat een leermethode die precies aansluit op de leervraag in de titel van de trainingsmodule.
- In de afrondende fase van de trainingsmodule krijg je een instructie aangereikt in de thuis situatie met verdiepende en verbredende opdrachten.

Voor meer informatie over de 11 stappen methode verwijzen we je graag naar de gratis **Wil-zelf** Trainingsmodule. Waar je op laagdrempelige wijze oefent en kennis maakt met **Wil-zelf**.



Door wie

De oprichter van **Wil-zelf** is een gecertificeerde ontwikkelaar van leerinstrumenten. Met ervaring in het onderwijs, bedrijfsleven, non profit en het sociale domein. Haar ervaringsdeskundigheid ligt op het vlak van leren in en rondom je eigen leef- en werkomgeving. Haar passie vindt zij in het ontdekken, inzetbaar maken en inzetbaar houden van de eigen talenten waardoor je een leven vol van momenten met voldoening, mag gaan ervaren.

Wil je zelf meer weten of een persoonlijk gesprek?

- Alle **Wil-zelf** trainingsmodules zijn zelfstandig te volgen via <https://wil-zelf.nl/>.
- Voor hulp bij het kiezen of een meer uitgebreid overleg in een persoonlijk gesprek van 45 minuten maken we graag per mail een afspraak. Het tarief voor een persoonlijk gesprek van 45 minuten, zonder reiskosten is € 88,88.

Ben je een verwijzer?

De intentie van de makers van **Wil-zelf** is het mogelijk maken van een innerlijke vrijheid in het dagelijkse bestaan.

Door intrinsieke kennis, vaardigheden en ervaringsdeskundigheid extrinsiek te maken. Een voedingsbodemp te scheppen om de zelf opgedane inzichten te verwerken in een zelf gewenste attitude verbetering.

Voor verwijzers die meer informatie willen over de inzetbaarheid van de **Wil-zelf** modules maken we graag tijd.

Contactgegevens

Voor meer informatie over te volgen coachtrajecten (45 minuten per gesprek digitaal of op locatie).

- Mail je vraag naar <mailto:contact@wil-zelf.nl>
- Informeer via 06 2254 7098.

Team Wil zelf



- <https://wil-zelf.nl/>
- contact@wil-zelf.nl
- 06 2254 7098