



PERSOONLIJK LEIDERSCHAP IN ACTIE

Neem de Regie over je toekomst

WELKOM

Gefeliciteerd met het zetten van de eerste stap naar persoonlijk leiderschap in actie! Of je nu worstelt met het behalen van je doelen, het helder krijgen van je dromen en wensen, of wilt werken aan meer zelfvertrouwen, dit eBook helpt je op weg. In slechts 30 minuten ontdek je hoe je de regie over je leven kunt nemen met praktische tips en tools die direct toepasbaar zijn. Je merkt meteen resultaat.

Neem even de tijd voor deze training en ga er echt mee aan de slag. Hoe meer jij openstaat voor wat wij jou geven, hoe meer je zult merken dat je resultaten boekt. Persoonlijk leiderschap in jezelf is geen mythe, het is een way of life. Ga aan de slag met de oefeningen, doe ze echt en integreer ze in je werkdag. Deze habits helpen je om op een andere manier in je werk en je leven te staan.

En dit E-book is nog maar het begin. We laten je proeven van wat er mogelijk wordt als jij jouw persoonlijk leiderschap op nummer 1 zet. Er is nog veel meer dat we met je willen delen als je dat wilt. We hebben hier een hele training van gemaakt waarin je een dag lang meenemen in de ins en outs over persoonlijk leiderschap waarbij je weer zelf de regie neemt over je leven. Dat gaat te ver voor deze eerste stap. Dus als dit smaakt naar meer, dan hebben we dat ook voor je. Er is altijd een next level. Je leest er meer over aan het einde van het E-book. Eerst nemen we je mee op reis om je te laten zien hoe jij achter het stuur van je eigen leven kunt plaatsnemen.

Geniet van alles wat je doet!



POTENTIAL ACTIVATION

Even voorstellen

Wij geloven in de onbegrensde mogelijkheden van ieder individu en elke organisatie.
Wij geloven in jou!

Potential Activation is opgericht met als doel het ontgrendelen van het aanwezige potentieel in ieder individu, elke leidinggevende & iedere organisatie. We maken de weg vrij voor ongekende prestaties en groei bij iedereen.

Onze missie is het activeren van dit potentieel, zowel op persoonlijk als op professioneel vlak. Wij hebben een frisse kijk op positieve verandering, persoonlijke transformatie, organisatieverbetering en succes. Onze praktische insteek onderscheidt ons van veel andere adviseurs en coaches. We gebruiken niet alleen onze theoretische kennis, maar juist ook onze ervaring als mens en leider om jou verder te helpen op je pad.

De coaches en trainers van Potential Activation staan klaar om je te ondersteunen bij elke stap in het groei- en ontwikkelingsproces van jou en je medewerkers. Zij zijn de drijvende kracht achter onze programma's.

Bij Potential Activation werken we uitsluitend met **hooggekwalificeerde, ervaren coaches**. Iedere coach brengt een unieke mix met zich mee van ervaring, expertise en passie. Onze coaches zijn meer dan alleen deskundigen op hun vakgebied. Zij zijn ook empathische begeleiders, die zich vol passie inzetten voor persoonlijke en professionele groei.

Onze coaching programma's hebben ieder een eigen, unieke opzet. Toch hebben ze een gemeenschappelijke deler: je krijgt diepgaande inzichten en leert nieuwe, praktische vaardigheden. Daarmee leg je een belangrijke basis voor groei op persoonlijk en zakelijk vlak.

POTENTIAL ACTIVATION



Onze Diensten

Wij begrijpen dat groei een reis is. Daarom bieden we een breed scala aan diensten, waaronder individuele – en vrouwen coaching, Leiderschapstraining, Persoonlijk Leiderschapstraining, NLP-trainingen en vitaliteitscoaching. Elke dienst is ontworpen om diepgaande inzichten en praktische vaardigheden te bieden, cruciaal voor zowel persoonlijke verbetering als professionele efficiëntie.

Onze aanpak

Onze werkwijze is gebaseerd op partnership, innovatie en impact. Of je nu je leiderschapskwaliteiten wilt versterken, diversiteit en inclusie wilt bevorderen, of de werkprocessen binnen je organisatie wilt optimaliseren: je kunt bij ons terecht. Wij bieden geavanceerde testen en scans, in combinatie met persoonlijke coaching en strategische advisering. Wij hebben de expertise in huis om jou, je medewerkers en je organisatie naar een hoger niveau te tillen. En, heel belangrijk: dat doen wij zonder dat jouw eigen identiteit verloren gaat.

JOUW PERSOONLIJK LEIDERSCHAP TRAINER

Pasqual van Huizen

Pasqual is een in NLP gespecialiseerde trainer en coach. Vanuit zijn expertise onderzoekt hij iemands patronen, gedachten en overtuigingen. Daarmee achterhaalt hij niet alleen knelpunten, maar weet hij ook hoe beperkingen kunnen worden omgevormd naar meer vrijheid en mogelijkheden in het dagelijkse leven.

Pasqual staat erom bekend dat hij graag een paar lagen dieper gaat bij zijn coaching. Hij is zeer direct, maar altijd vanuit compassie. Zo daagt hij mensen uit om in volledige eerlijkheid en zonder oordeel naar zichzelf te kijken. Daarmee creëert hij mogelijkheden om daadwerkelijk iets te veranderen in iemands gedrag en gevoelswereld.



INTRODUCTIE

Persoonlijk leiderschap gaat over veel meer dan een functie of titel. Het gaat over eigenaarschap nemen over je eigen leven. Of je nu een leidinggevende functie hebt of niet, jij hebt altijd de mogelijkheid om je leven en keuzes te leiden. Ook dat is leiderschap. Leiderschap begint in jouw innerlijke wereld – in hoe je jezelf ziet, in wat je gelooft en wat je kiest om te doen.

Dit E-book is bedoeld om je de eerste inzichten en tools te geven om jouw persoonlijk leiderschap te versterken. Het biedt waardevolle perspectieven en oefeningen die je direct kunt toepassen, zodat je niet alleen blijft dromen, maar ook in actie komt. De reis naar persoonlijk leiderschap begint hier en we nodigen je uit om samen met ons deze stap te zetten. Zo neem jij de regie over je toekomst.



HOOFDSTUK 1:

Jouw Fundament – Wie Ben Jij?

Leiderschap is niet alleen een keuze die je maakt in een vergadering of als je een team aanstuurt. Het begint met de keuze om volledig verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen leven. Wanneer je erkent dat jij de regisseur van jouw eigen verhaal bent, ontstaat er een ongelooflijke kracht.

Voordat je kunt bepalen waar je naartoe wilt, is het essentieel om te begrijpen wie je bent. Jouw kernwaarden, talenten en drijfveren vormen de basis van je persoonlijk leiderschap.

Wat zou er gebeuren als jij nu volledige verantwoordelijkheid neemt voor je keuzes en de richting van je leven?

- Welke keuzes zou je vandaag maken?
- Welke dingen zou je laten gaan?
- Wat zou je anders doen om je doelen te bereiken?

Door bewust te zijn van waar je nu staat en welke keuzes je maakt, kun je jezelf op een krachtigemanier sturen. Het begint met weten waar je staat. Van daaruit kun je gaan bepalen waar je naartoe wilt. Je leven werkt net als Google Maps. Als jij geen bestemming kiest, kom je nooit aan. Zodra je een bestemming hebt gekozen, kun je stapsgewijs je doel verwezenlijken.

Leiderschap gaat over keuzes maken die jouw waarden en doelen reflecteren, zelfs als dat soms uitdagend voelt.



HOOFDSTUK 1:

Jouw Fundament – Wie Ben Jij?

Oefening: Inzicht in jezelf

1. Schrijf vijf momenten op in je leven waarop je je echt gelukkig en vervuld voelde. Wat was de gemene deler?
2. Schrijf vijf momenten op in je leven waarop je je juist niet gelukkig en vervuld voelde. Wat was de gemene deler?
3. Reflecteer: Wat zijn de dingen die jou energie geven en gelukkig maken? Kijk eens in je agenda hoeveel tijd je besteed aan die dingen?
4. Maak een lijst van dingen die je meer zou mogen doen omdat je er blij van wordt en maak een lijst van dingen die je minder zou mogen doen omdat je er juist niet blij van wordt.

HOOFDSTUK 2:

De Kracht van Mindset

Veel mensen voelen zich gevangen in het idee dat ze niet in staat zijn om echt leiderschap over hun leven te nemen. Ze stellen doelen, maar doen er niks mee. Ze willen wel, maar durven niet de stappen te zetten die nodig zijn voor het realiseren van hun doelen, dromen en wensen. Het is geen onwil, er zijn patronen in jou aan het werk die je proberen tegen te houden om jouw doelen en dromen waar te maken. Dit komt vaak door onbewuste blokkades die je tegenhouden om actie te ondernemen. Als je ze leert herkennen kun je ze veranderen, zodat je wel in beweging komt.

Deze belemmeringen kunnen van alles zijn:

- Twijfels over je eigen capaciteiten
- Angst voor falen of succes
- Onzekerheid over wat je echt wilt
- Het gevoel hebben dat je niet goed genoeg bent
- De overtuiging dat je het niet verdient
- Het idee hebben dat het voor jou niet is weggelegd
- De overtuiging dat het toch niet gaat lukken
- Vul zelf maar in...

Je overtuigingen bepalen je realiteit. Je ziet wat je denkt dat waar is. Hoe meer jij je openstelt voor andere mogelijkheden, des te makkelijker wordt het om andere resultaten te halen. Een groei-mindset helpt je om uitdagingen te zien als kansen en jezelf steeds verder te ontwikkelen. Dat maakt verandering een stuk minder spannend en geeft je het gevoel dat je op avontuur bent. Elke keer dat jij een belemmering herkent kun je hem herformuleren. Hoe? Dat ga je zo ontdekken. Tijdens de training Persoonlijk Leiderschap in jezelf gaan we hier dieper op in.

Iedereen heeft een paar blokkades die steeds terugkomen als je er niks mee doet. Hoe zit dat bij jou? Wat Zijn Jouw Drie Grootste Blokkades?

HOOFDSTUK 2:

De Kracht van Mindset

Neem een moment om drie dingen te identificeren die jou ervan weerhouden om leiderschap over je leven te nemen. Schrijf ze op, en wees eerlijk tegen jezelf. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Hoe eerlijker je bent, hoe meer inzicht je krijgt in jezelf. Misschien zijn het overtuigingen, gewoontes of gedachten die je continu in de weg staan.

- Welke patronen herhaal je steeds?
- Welke angsten houd je tegen om volledig in actie te komen?
- Wat zou er gebeuren als je deze blokkades nu loslaat?

Door deze blokkades onder ogen te zien, kun je beginnen met het doorbreken van de cirkel en de eerste stappen zetten richting de verandering die je zoekt.

Oefening: Belemmerende Gedachten Doorbreken

1. Schrijf 3 overtuigingen op die jou belemmeren, zoals: "Ik ben niet goed genoeg om..."
2. Onderzoek elke overtuiging: Is deze overtuiging absoluut waar? Welke bewijzen zijn er tegen, dus welk bewijs heb ik in mijn leven dat deze overtuiging niet klopt?
3. Helpt het om deze overtuiging vast te houden? Stel jezelf open voor de mogelijkheid om deze overtuiging te vervangen door een wel werkende overtuiging. Wordt je bewust van wat er dan door je heen gaat. Ervaar je verzet of juist opluchting. Geef jezelf toestemming op de oude overtuiging los te laten.
4. Formuleer een nieuwe, bekrachtigende overtuiging en herhaal deze dagelijks.

HOOFDSTUK 3:

Jouw Visie – Waar Wil Je Naartoe?

Duidelijkheid over je toekomst geeft je leven richting en motivatie. Als jij een duidelijke stip op de horizon hebt van jouw ideale toekomst ga je als vanzelf die kant op. Het formuleren van een visie helpt je daarbij. Een krachtige visie fungeert als een intern kompas om keuzes te maken. Zonder heldere visie kun je snel verstrikt raken in de waan van de dag, waardoor je reactief leeft in plaats van proactief je pad te bewandelen. In dit hoofdstuk ga je ontdekken hoe je jouw visie ontwikkelt en hoe deze je helpt bij het nemen van beslissingen die in lijn liggen met jouw kernwaarden en ambities.

Een visie geeft betekenis aan wat je doet. Het helpt je om:

- Gefocust te blijven, ook als het leven uitdagend wordt.
- Bewust keuzes te maken die bijdragen aan jouw groei.
- Energie en motivatie te halen uit een duidelijk doel.
- Zelfvertrouwen te ontwikkelen in je pad en capaciteiten.
- De regie te nemen over je leven en jou potentieel te benutten.

Mensen met een duidelijke visie hebben vaak meer doorzettingsvermogen en ervaren een diepere voldoening in hun leven en werk. Ze laten zich minder afleiden door externe verwachtingen of gebeurtenissen en blijven trouw aan hun eigen pad.

Het Creëren van Jouw Persoonlijke Visie

Het formuleren van een krachtige visie begint met reflectie. Door even stil te staan word je bewust van wat er echt toe doet. Stilstand lijkt vaak achteruitgang. In dit geval geeft het je de ruimte om momentum te creëren voor jezelf. Neem even de tijd om na te denken over de volgende vragen:

- Wat vind ik echt belangrijk in het leven?
- Wat wil ik bijdragen aan de wereld?
- Hoe ziet mijn ideale leven eruit over vijf tot tien jaar?
- Wat geeft mij energie en voldoening?
- Welke waarden en principes wil ik naleven?

Door je antwoorden op deze vragen uit te werken, krijg je inzicht in wat jou drijft en waar je naartoe wilt. Dit vormt de basis van jouw persoonlijke visie. Jouw visie is geslaagd als je er echt blij van wordt als je hem leest. Als je denkt: Hell yes! Dat is wat ik echt wil!

HOOFDSTUK 3:

Jouw Visie – Waar Wil Je Naartoe?

Oefening: Jouw Ideale Dag

1. Stel je voor: Hoe ziet jouw ideale dag eruit als je al je dromen hebt waargemaakt?
2. Beschrijf het in detail: Waar ben je? Wat doe je? Hoe voel je je? Wie is er bij je? Gebruik al je zintuigen om je ideale dag zo echt mogelijk te ervaren.
3. Wat kun je vandaag doen om een stap dichterbij deze visie te komen?



HOOFDSTUK 4:

Van Droom naar Concreet Plan

Een visie is gaat pas echt voor je werken als je deze vertaalt naar concrete stappen. Stel jezelf de volgende vragen:

- Wat zijn de eerste stappen die ik kan zetten richting mijn visie?
- Welke gewoontes en routines ondersteunen mijn doelen?
- Wie of wat kan mij helpen om mijn visie te realiseren?

Maak een actieplan waarin je je visie opdeelt in haalbare mijlpalen. Dit voorkomt dat je overweldigd raakt en helpt je om stap voor stap vooruit te gaan. En je mag elke mijlpaal vieren op weg naar je uiteindelijk doel. Dat geeft je de kracht en motivatie om te blijven werken aan je dromen en doelen. Daarbij geeft het stilstaan bij al die successen je zelfvertrouwen en sterk je je geloof dat het je gaat lukken.

Oefening: Jouw next level ideale realiteit visualiseren

Om je dromen dichterbij te halen nemen we je mee naar een nieuw level. Neem een moment om jezelf voor te stellen dat je al je dromen en doelen nu werkelijkheid zijn. Dat is je nieuwe normaal. En inmiddels heb je nieuwe verlangens en dromen. Er is altijd een next level. Je dromen groeien vanzelf met je mee. Dus stretch jezelf eens flink en ontdek wat je dromen en verlangens zijn na je huidige dromen en verlangens.

Sluit je ogen en visualiseer je next level ideale dag tot in de detail. Van het moment dat je wakker wordt tot het moment dat je gaat slapen:

- Waar ben je?
- Waar woon je?
- Wat doe je?
- Door wie ben je omringd?
- Hoe voel je je?
- Wat heb je bereikt?
- Waar ben je het meest dankbaar voor?
- Wat geeft je de meeste energie en voldoening?

Schrijf deze visie in detail op. Dit helpt je om je doelen helder te krijgen en versterkt je motivatie om actie te ondernemen.

HOOFDSTUK 4:

Van Droom naar Concreet Plan

Blijf Je Visie Vernieuwen

Een visie is niet statisch; je groeit en ontwikkelt jezelf continu. Plan daarom regelmatig momenten in om je visie te herzien en bij te sturen.

Stel jezelf vragen zoals:

- Klopt deze visie nog met wie ik nu ben?
- Zijn er nieuwe inzichten die mijn koers moeten bijstellen?
- Welke successen heb ik al behaald?
- Is het tijd voor het stellen van een nieuw doel?
- Kan ik verantwoordelijkheid nemen voor een actie die je eerder hebt uitgesteld?

Door je acties dagelijks af te stemmen op je doelen, versterk je je leiderschap en bouw je aan de toekomst die jij wilt creëren. Door je visie levend te houden en aan te passen waar nodig, zorg je ervoor dat je altijd werkt aan een toekomst die bij je past.

Oefening: Doelen die je AAN zetten

1. Schrijf 3 doelen op die je echt enthousiast maken. Waar krijg je een big smile van op je gezicht? Waar ga je van zingen en dansen? Wat doet jouw hart sneller kloppen.
2. Maak ze levendig: Hoe voelt het als je dit doel bereikt? Wat verandert er in je leven?
3. Wat wordt jouw eerste stap op weg naar jouw visie? Bepaal de eerste kleine stap en zet deze binnen 24 uur. Actie creëert momentum!

HOOFDSTUK 5:

In Actie Komen en Blijven

De grootste uitdaging is vaak niet het stellen van doelen, maar het volhouden van de actie die nodig is om je doelen te realiseren. Hoe zorg je ervoor dat je blijft doorgaan, ook als het moeilijk wordt?

Jouw Volgende Stap

Nu je een helder beeld hebt van jouw visie, is het tijd om in actie te komen. Je hebt al een actie gekozen die je gaat doen. Dat is de eerste stap die je dichterbij jouw gewenste toekomst brengt. Dit kan een klein gebaar zijn, zoals een boek lezen over jouw vakgebied, of een groter besluit zoals het plannen van een training of coaching.

Veel mensen denken dat veranderingen groot en ingrijpend moeten zijn om succesvol te zijn. Maar echte verandering komt door kleine, consistente stappen die jou dagelijks richting je doelen leiden. Duurzame verandering ontstaat wanneer je kiest voor actie, ook als het klein lijkt. Een actieplan kan je daarbij helpen.

Oefening: Jouw Actieplan

1. Wat zijn de 3 belangrijkste acties die je de komende maand gaat ondernemen
2. Welke mogelijke obstakels kun je tegenkomen? Hoe ga je hiermee om?
3. Zoek een accountability-partner en deel je doelen. Samen sta je sterker!

Waarom Dit de Juiste Tijd is om in Jezelf te Investeren

Persoonlijk leiderschap begint bij jezelf. Door inzicht te krijgen in wie je bent, waar je naartoe wilt en hoe je in actie komt, zet je krachtige stappen richting een vervullend leven. Wil je hier dieper op ingaan en echt een doorbraak maken? Leiderschap is een keuze en de tijd om te investeren in jezelf is nu. Elke grote verandering begint met één stap. Wanneer jij nu de keuze maakt om je leiderschap te versterken, open je de deur naar een toekomst die meer in lijn is met wie jij echt bent en wat je wilt bereiken.

Onze training "Persoonlijk Leiderschap in Jezelf" is de perfecte manier om je leiderschapsreis nog meer te verdiepen. Het levert je niet alleen de tools en inzichten op die je nodig hebt, het geeft je ook de praktische handvatten om deze veranderingen daadwerkelijk door te voeren in je leven. Dit is jouw moment om in jezelf te investeren.

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP IN JEZELF

(1-DAAGSE TRAINING)

Persoonlijk leiderschap betekent dat je leiderschap; eigenaarschap en verantwoordelijkheid neemt over jouw leven. Of je nou in een leiderschapsrol zit of niet, leiderschap nemen over je eigen innerlijke wereld is waar het begint. Het is wat jouw leven verdient.

Voor wie is deze training?

Deze 1 daagse training is geschikt voor jou als je meer inzicht wil in je eigen kwaliteiten en ambities, wilt leren hoe je dat inzicht om kan zetten in actie en daadwerkelijke verandering in je leven teweeg wil brengen om je doelen te bereiken.

Wat levert de training je op?

- Beter zicht krijgen op jezelf op deze kernvraag: "Wat gun ik mezelf?"
- Een beter beeld van jezelf, je unieke krachten en je gedrag
- Praktische tools
- Een persoonlijk door-ontwikkelplan voor de komende 6 maanden

Inhoud van de training

In deze training van 1 volle dag ga je samen met anderen werken aan jouw persoonlijk leiderschap. Door inzicht te krijgen in je eigen kwaliteiten, ambities, gedrag en patronen heb je de mogelijkheid om verandering teweeg te brengen. Zo neem je o.a. makkelijker beslissingen en ervaar je meer (werk)plezier en voldoening, door meer in lijn te leven – en werken – met dat wat echt bij jou past.

Je stelt jezelf vragen en gaat met praktische oefeningen aan de slag om antwoord te krijgen op belangrijke kernvragen zoals:

- "Wie ben ik?"
- "Wat wil ik?"
- "Wat kan ik?"

Deze inzichten zal je vervolgens gebruiken om een praktisch uitvoerbaar plan op te stellen zodat je daadwerkelijk verandering teweeg brengt in je leven.

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP IN JEZELF

(1-DAAGSE TRAINING)

Hoe ziet de training eruit?

Het programma is opgebouwd uit een aantal onderdelen die je zowel individueel, als in tweetallen als klassikaal behandelt. Door samen met anderen te werken aan jouw persoonlijke leiderschap zal je veel andere perspectieven op doen.

Concreet zal de dag er als volgt uitzien:

- Huidige situatie:
 - Waar sta ik nu?
 - Waar wil ik naartoe?
 - Mijn "persona"
- Mijn angsten/belemmeringen
 - Ander perspectief
 - De beste versie van jezelf

6-maanden doorgroeiplan

Hoe ziet de training eruit?

Enkele onderwerpen die in de training aan bod komen:

- Persoonlijke kwaliteiten en interesses: ontdek persoonlijke drijfveren en talenten.
- Levensdromen en ambities: je diepste wensen en professionele doelen worden helder in kaart gebracht.
- Personal power statement: leer jezelf krachtig en inspirerend presenteren.
- 6-maanden actieplan: concreet stappenplan waarmee jouw persoonlijk leiderschap blijvend vergroot wordt.

Ben je klaar om eigenaarschap te nemen over je leven en jouw leiderschap te ontgrendelen? Meld je NU aan voor de eendaagse training **Persoonlijk Leiderschap in Jezelf** en zet je leven in beweging!

Veel succes op jouw mooie levenspad!