

Herbeslissingsmarathon

De eerste stap in jouw reis naar meer keuzevrijheid—vanuit de kracht van Herbeslissen

Herbeslissingsmarathon

Soms weet je precies wat je anders wilt doen... en doe je toch weer hetzelfde.

Je neemt je voor om vaker je grenzen aan te geven. Minder hard te werken. Dat ene gesprek eindelijk aan te gaan. Of jezelf niet steeds weg te cijferen.

En toch vervalt je opnieuw in hetzelfde patroon. Niet omdat je niet gemotiveerd bent, maar omdat jouw oude besluiten vaak sterker zijn dan goede voornemens.

Herbeslissen helpt je niet alleen te begrijpen waarom je dat doet, maar vooral om nieuwe mogelijkheden toe te voegen aan bestaande patronen. Niet door jezelf te veranderen, maar door je keuzevrijheid te vergroten.

Hier begint jouw reis. Of je nu verlangt naar meer keuzevrijheid in je eigen leven of de ambitie hebt om anderen professioneel te begeleiden: de Herbeslissingsmarathon is de eerste stap.

Waarom deelnemen aan een Herbeslissingsmarathon?

Een Herbeslissingsmarathon is geen gewone training en ook geen traditionele coaching. Gedurende twee intensieve dagen stap je uit de drukte van alledag en dompel je je onder in een veilig en zorgvuldig begeleid groepsproces.

Juist doordat je twee dagen achter elkaar kunt ervaren, oefenen en integreren, ontstaat vaak een diepgang die met losse individuele coachingssessies moeilijk te bereiken is. De herkenning, spiegels en steun van de groep versterken dit proces en zorgen ervoor dat jouw nieuwe keuzes niet alleen worden bedacht, maar ook daadwerkelijk worden ervaren.

Herbeslissen gaat niet over het loslaten van je verleden. Het gaat over het toevoegen van nieuwe mogelijkheden aan patronen die ooit helpend waren, maar je vandaag misschien beperken.

Deze tweedaagse herbeslissingsmarathon is ontwikkeld door **BIRD – Business Institute for ReDecision & Development**, het kennisinstituut voor Herbeslissen. BIRD bouwt voort op tientallen jaren praktijkervaring van de Birdies en het pionierswerk van medeoprichter **Mil Rosseau**, die nationaal en internationaal bekendstaat als auteur, opleider en expert op het gebied van Herbeslissen en Redecision Therapy.

Door de samenwerking met **Corael Opleidingen** combineren we inhoudelijke deskundigheid met professionele organisatie en begeleiding.

Wat levert de herbeslissingsmarathon je op?

Tijdens de Herbeslissingsmarathon:

- herken je terugkerende patronen sneller;
- ontdek je welke oude besluiten je vandaag nog beïnvloeden; ervaar
- je meer keuzevrijheid in gedrag, communicatie en relaties; leer je
- nieuwe keuzes duurzaam te verankeren;
- ga je naar huis met meer rust, energie en regie.

Je leert niet alleen over Herbeslissen – je ervaart de kracht van de methodiek aan den lijve.

Voor wie?

De Herbeslissingsmarathon is bedoeld voor iedereen die verlangt naar meer keuzevrijheid in zijn of haar leven en werk. Bijvoorbeeld voor:

- professionals die persoonlijk willen groeien;
- coaches, trainers en HR-professionals;
- leidinggevendenden;
- psychologen en organisatieadviseurs;
- iedereen die merkt steeds opnieuw in dezelfde patronen terecht te komen.

Nieuwsgierigheid, openheid en de bereidheid om jezelf te onderzoeken zijn belangrijker dan voorkennis. Ervaring met Transactionele Analyse is niet noodzakelijk.

Na afloop van de herbeslissingsmarathon

Of je nu deelneemt voor je eigen persoonlijke ontwikkeling of omdat je de ambitie hebt om professioneel met Herbeslissen te leren werken: de marathon is het vertrekpunt van jouw verdere ontwikkeling.

Bij BIRD geloven we dat je anderen pas echt kunt begeleiden wanneer je de kracht van Herbeslissen eerst zelf hebt ervaren. Je leert de methodiek niet alleen kennen, je ervaart haar tijdens de marathon eerst zelf. Die persoonlijke ervaring vormt de basis voor professioneel en verantwoord werken met Herbeslissen. Daarom vormt het doorleven van een **Herbeslissingsmarathon** een belangrijke basis voor de opleiding **Practitioner Herbeslissen**.

Tijdsinvestering

De opleiding bestaat uit:

- Een online intakegesprek
- Twee aaneengesloten trainingsdagen
- Optioneel voorbereiding en literatuurstudie;

Praktische informatie

Data en kosten: [Praktische informatie Herbeslissingsmarathon](#)

Trainers: De herbeslissingsmarathon wordt begeleid door Mil Rosseau, samen met een van de drie andere BIRD trainers: Marieke de Groot, René Alders of Judith van der Meer

Tijden: 10.00 uur tot 17.00 uur

Locatie: Corael Opleidingscentrum, Blauwkapelseweg 52, De Bilt
Inschrijven: www.corael.nl

*Herbeslissen gaat niet over veranderen. Het gaat over het vergroten van keuzevrijheid. Voor jezelf.
Voor de mensen die je begeleidt. En voor de organisaties waarin zij werken.*