

## DE KRACHT VAN INTROVERSIE

### Profiel

ontdekken - oefenen - informatief - laagdrempelig - uitwisselen ervaring - reflectie - praktisch toepasbaar - persoonlijke & professionele ontwikkeling

### Aanbod

Workshop 1 d.d.

### Vereisten

Max. aantal personen 8  
Ruime zaal zonder vaste tafel opstelling  
2 tafels voor trainer  
Voldoende stoelen  
Flip over & stiften  
Beamer+scherm / TV

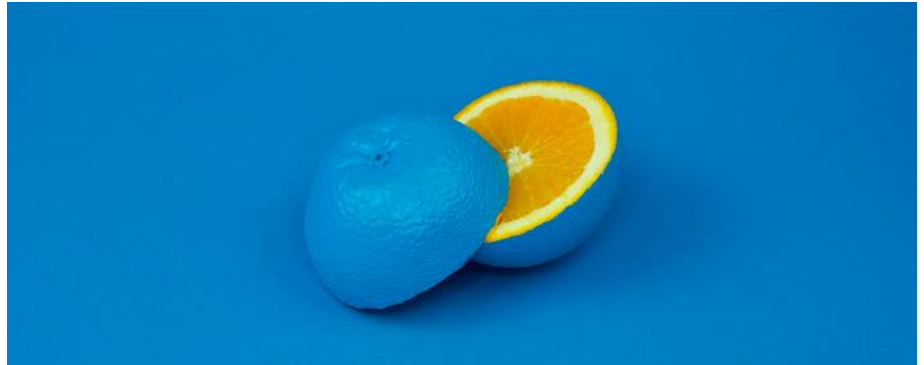
### Contact



020-4221323

mail: [kapok@kapok.nl](mailto:kapok@kapok.nl)

website: [www.kapok.nl](http://www.kapok.nl)



“Wees pro-actief! Profileer je! Spreek je uit!” In onze cultuur is Extravert het ideaal, dus wanneer jij eerst even nadenkt voordat je er maar wat uitflapt, verwijten ze je zomaar dat je ‘onzichtbaar’ bent, ‘besluiteloos’, of zelfs ‘contactgestoord’. En daar heb je last van, want ook jij wilt carrière maken. Ook jij wilt gezien worden. En erkend in je kracht: de kracht van introversie.

### Wat ga je doen

Eerst ontdek je waar jij staat op de lijn introversie - extraversie. En waar introversie nou werkelijk over gaat: wat zijn de kwaliteiten en wat zijn de valkuilen? En hoe zet je je introverte kwaliteiten optimaal in? En, ook niet onbelangrijk, hoe bewaak je je energie?

### Waarom zou je hiervoor kiezen

- Je bent benieuwd naar introversie.
- Je wilt de kracht van jouw introverte stijl kunnen inzetten.
- Je wilt kunnen 'stretchen' richting extraversie –want ja, dat kan ook.

### Wat levert het op? Wat leer je?

- Inzicht in jouw eigen behoeftes.
- Inzicht in de behoeftes van anderen (lees extraverten).
- Tools voor betere communicatie.

### Quote

“... Nu loop ik niet meer zo leeg. En het voelt niet als zwakgebod als ik mijn grens bewaak. Om weer op te laden.”

## VERGROOT JE BEWEGINGSRUIMTE

