

Buut Vrij

Het programma dat jou herinnert aan wie je écht bent.

Persoonlijk Leiderschap Programma

Het gaat je (ogenschijnlijk) voor de wind, maar toch knaagt er iets. Je zoekt naar inspiratie om meer van jezelf te ontdekken, te ontsluiten en te ontplooiën als het gaat om jouw diepere drijfveren.

Het Buut Vrij programma biedt jou de mogelijkheid voor verdere ontdekking van wie je écht bent. Het ondersteunt, faciliteert en daagt je uit. Ook biedt het ruimte om antwoorden te vinden op levensvragen die zijn ontstaan vanuit een verlangen om het leven voluit te leven.

Een leven waar je autonomie ervaart en vertrouwt op je eigen kompas. Een leven waar je jouw authentieke kwaliteiten ongecensureerd inzet terwijl je in verbinding met je omgeving blijft. Leven vanuit jouw essentie, omdat je leven ervan af hangt.

Weet jij nog wie je echt bent?

Wat we kunnen bereiken

Buut Vrij beoogt het vergroten van bewustzijn en aanvaarding van je eigenheid. De begeleiding is gericht op het onderkennen welke waarden en overtuigingen leidend zijn voor jou en welke mogelijke beperkende overtuigingen zich aandienen in de dagelijkse praktijk.

Dit is de opmaat naar helderheid verkrijgen in de diepere drijfveren, ware identiteit en 'raison d'être'. In een veilige omgeving word jij ondersteund in de 'reis naar binnen'. Het 'zijn en de belevingswereld' van jou staat hierin centraal.

Dit levert het volgende op:

- Je ziet je vermogen groeien om meer rust en balans in je gevoelsleven en relaties te creëren.
- Je ervaart meer duurzame impact en eigenaarschap op jouw eigen omgeving en werk.
- Je voelt je vrijer van belemmerende gedachten, en je kunt je daarom vrijelijker ontwikkelen en groeien.
- Je beleeft een grotere vrijheid in keuzes en een sterkere verbinding met jezelf en je omgeving.
- Jouw keuzes sluiten nog beter aan bij je aanleg en drijfveren waardoor meer resultaat, energie en plezier vrijkomt.

Dat is onze inzet en dit wensen we onze deelnemers van harte toe.

Herkenbaar?

Door het toenemende tempo en de complexiteit in organisaties en de maatschappij zien wij meer en meer mensen stoeien met het gegeven geleefd te worden en zichzelf af te vragen **“Is dit het nou?”**.

Veelal gaat dit gepaard met een gevoel van alertheid, met alles tegelijk willen doen en in een constante onrust te verkeren. Steeds minder ervaren we de ruimte om vrije keuzes te (kunnen) maken. Keuzes die van belang zijn voor werk, relaties, zingeving en focus.



Dit is Buut Vrij

“Buut Vrij” is de metafoer voor het persoonlijk leiderschap programma dat wij aanbieden aan deelnemers die graag in vrijheid willen kiezen, bewegen en zijn.

Deelnemers die het aandurven uit hun 'schuilplaats' en vaste patronen te stappen. Je herinnert je van vroeger vast wel het spelen van verstoppertje. En zodra je bij de buutpaal of -honk "Buut vrij!" riep, wist je dat je veilig en vrij was. De voorwaarde was wel dat je je schuilplaats moest opgeven en keihard moest rennen om jezelf vrij te 'buten'.

Het programma is opgezet in een structuur zoals wij die noemen, van 'buiten naar binnen naar buiten'. Met andere woorden; de huidige context, ervaringen en overtuigingen zijn het uitgangspunt voor iedere deelnemer. Deze worden tegen het licht gehouden van de binnenwereld van de deelnemer om vervolgens met nieuwe inzichten terug te keren naar de dagelijkse omgeving. Daar kunnen de nieuwe inzichten en overtuigingen vanuit keuzevrijheid toegepast worden.

Door zicht te krijgen op wat je in je schuilplaats houdt en te ontdekken waar je keihard voor wilt rennen, creëer je de mogelijkheid jezelf vrij te buten.

Het programma

✓ Intakegesprek |

Voorafgaand aan het programma is er kennismakingsgesprek bedoeld om het bewustzijn van je ontwikkelaspiraties in beeld te brengen. We kijken hier met elkaar of er een goede match is tussen jouw wens en het programma.

✓ Kennismaking groep |

Een eerste sessie van een dag om met elkaar kennis te maken en om het proces van, met én door elkaar leren een eerste vorm te geven.

✓ 3-daagse sessie |

De Buut Vrij sessie van 3 dagen beginnend op zondagavond tot en met woensdagmiddag. De hiervoor zorgvuldig geselecteerde locatie ligt in de natuur en is voorzien van dat wat nodig is om optimaal deel te nemen.

✓ Follow up coachsessie |

Een follow up coachsessie met beide begeleiders (meerdere sessies zijn optioneel).

✓ Intervisie |

Zo'n twee maanden na de 3-daagse sessie bieden we een intervisie bijeenkomst aan die door ons wordt begeleid. Zo hou je het vuur van persoonlijke ontwikkeling levend.

✓ Terugkomdag |

Na 6 maanden een groepsbijeenkomst van een dag om de vooruitgang te delen en te vieren. Deze bijeenkomst is ook bedoeld om verdere ontwikkelstappen te bepalen.

De voordelen voor de sponsor/omgeving

Je kan als deelnemer zelf investeren in dit programma echter zien wij steeds vaker dat bijvoorbeeld een werkgever ook graag bijdraagt aan de verdere ontwikkeling van zijn/haar collega's. Enkele voordelen voor de sponsor of (werk)omgeving zijn;

- Effectiever leiderschap
- Boost van bevoegenheid
- Balans in work-life vinden
- Assertief en zelfverzekerd communiceren
- Optreden met meer besluitvaardigheid en impact

Buut Vrij slaat een brug tussen de zakelijke
dagelijkse realiteit en het psychologische
welzijn van de deelnemers.

4

Wat onderscheidt Buut Vrij van het reguliere aanbod op persoonlijke ontwikkeling?

- ✓ Buut Vrij gaat over persoonlijk leiderschap, over jou! Wij zorgen dat het programma draait om jouw persoonlijke ontwikkelproces en jouw behoeften.
- ✓ Buut Vrij slaat een brug tussen de zakelijke dagelijkse realiteit en het psychologische welzijn van de deelnemers.
- ✓ Het programma is zodanig opgezet dat het individuele ontwikkelproces oneindig is. De formele duur is 6 maanden, ook daarna blijven we in verbinding. De aanwezigheid bij intervisie bijeenkomsten zorgt ervoor dat jij je bewust en geïnspireerd kan blijven ontwikkelen in een netwerk van gelijkgestemden.

Buut Vrij integreert verschillende levenssferen (paradigma's in economie, psychologie, filosofie, spiritualiteit). Door deze eclecticische opzet kunnen deelnemers kiezen uit een veelheid aan kennis, vaardigheden, ervaringen en inzichten.

Ontmoet de begeleiders

De begeleiders zijn elk uniek in hun soort. Met verschillende achtergronden zorgen zij ervoor dat een breed scala aan professionele- en zakelijke kennis wordt gewaarborgd. Hierdoor is er voor elke deelnemer een begeleider die aansluit op de ontwikkelbehoefte.

Peter Draisma



Als business psycholoog draag ik optimising people in mijn hart. Deze slogan raakt de kern van mijn missie: mensen optimaliseren door aan te sluiten bij iemands aanleg en eigenschappen in de context van de rol in de organisatie. Sommige aspecten zijn onveranderlijk, andere wel. Die aspecten die je wel kan ontwikkelen vormen de basis van wezenlijke groei. Daarbij zijn het kennen en volgen van je echte verlangens en drijfveren kardinaal. Ik gebruik mijn jarenlange ervaring als trainer-opleider op terreinen van managementvaardigheden, stress en timemanagement, gedragsbeïnvloeding, teamontwikkeling, etc. Deze hebben mij talloze praktische tools en handvatten opgeleverd die ik in coaching aanbied.

Petra Versteegh



Als gepassioneerd psycholoog sta ik voor het volledig benutten van je potentieel en daarmee het voluit leven wie jij bent. Door mijn achtergrond in de organisatie- en klinische psychologie heb ik een stevige basis in wat persoonlijke ontwikkeling betekent. Welke drempels we daar ervaren, welke grenzen we hebben en vooral wat nodig is om onszelf te brengen tot ware leiders. Leiders over ons eigen kostbare leven.

Buut Vrij is de metafoor voor het persoonlijk leiderschap programma dat wij aanbieden aan deelnemers die graag in vrijheid willen kiezen, bewegen en zijn.

De locaties

We zullen elkaar ontmoeten in één van de twee onderstaande accommodaties. Beide zijn met zorg uitgekozen en passend bij het persoonlijk leiderschap programma. De ruimte en de natuur dragen bij aan het effect van het programma.



Deelnemen

Wil je ook deelnemen aan het persoonlijk leiderschap programma? Neem dan vrijblijvend contact met ons op via onderstaande contactgegevens. Deelname gaat op volgorde van inschrijving. De inschrijving is definitief bij een ondertekend inschrijfformulier. We starten het programma met minimaal 5 en maximaal 8 deelnemers. Bij eventuele wijzigingen word je tijdig op de hoogte gehouden.

Ben je enthousiast en denk je dat het programma ook geschikt is voor collega's of vrienden? Stuur de folder gerust rond naar diegene die hier eventuele interesse in zouden kunnen hebben.

Graag tot snel!