



THE LAB
OF LIFE

THE LAB OF LIFE TRAINING BETEKENISVOL LEVEN

Wat maakt dat je bent wie je bent, wat is jouw plek in de wereld en hoe sta je in verbinding met jezelf en de mensen om je heen? Tijdens The Lab of Life training Betekenisvol Leven zoom je in op onder andere deze verdiepende vragen, ontdek je wat voor jou belangrijk is voor een betekenisvol leven.

Deze thema's staan centraal:



Authenticiteit



Verbondenheid



Betekenisgeving

Dit kun je verwachten:

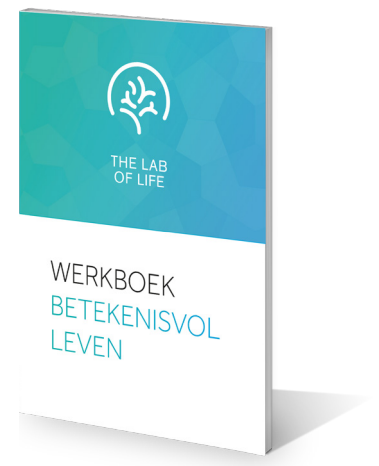
- ✓ Gebaseerd op onze bewezen effectieve gedragsveranderingsmethode
- ✓ Ondersteund door technieken uit de sociale psychologie
- ✓ Onder begeleiding van een Certified Lab of Life trainer

Meer weten?



Betekenisvol Leven training

- ✓ 5 groepssessies van 2 uur
- ✓ Maximaal 8 deelnemers
- ✓ Persoonlijk werkboekje
- ✓ Praktische en concrete insteek



Voor wie is de training geschikt?

Herken jij jezelf in het volgende:



Je bent eraan toe om een laag dieper in te zoomen op jouw leven.



Je vindt het niet erg om (in groepsverband) te praten over jouw persoonlijke situatie.



Het idee om op ontspannen wijze aan de slag te gaan met onderwerpen die doorgaans niet altijd even makkelijk zijn, trekt jou aan.

Zo hebben anderen de training ervaren:

”

“Als een aanvulling voor mijn verdere leven, waar ik veel aan heb gehad en nog veel aan heb. Wanneer het wat minder gaat, kijk ik terug wat ik voor doelen heb gesteld. Zeker aan te raden, wanneer je niet gehoord of gezien wordt!”

”

“Heel waardevol. Heel zinvol om bewust stil te staan bij wanneer ik mijzelf ben en wanneer niet. Hoe erg is het om niet altijd jezelf te kunnen zijn. Het gaat om de balans.”