



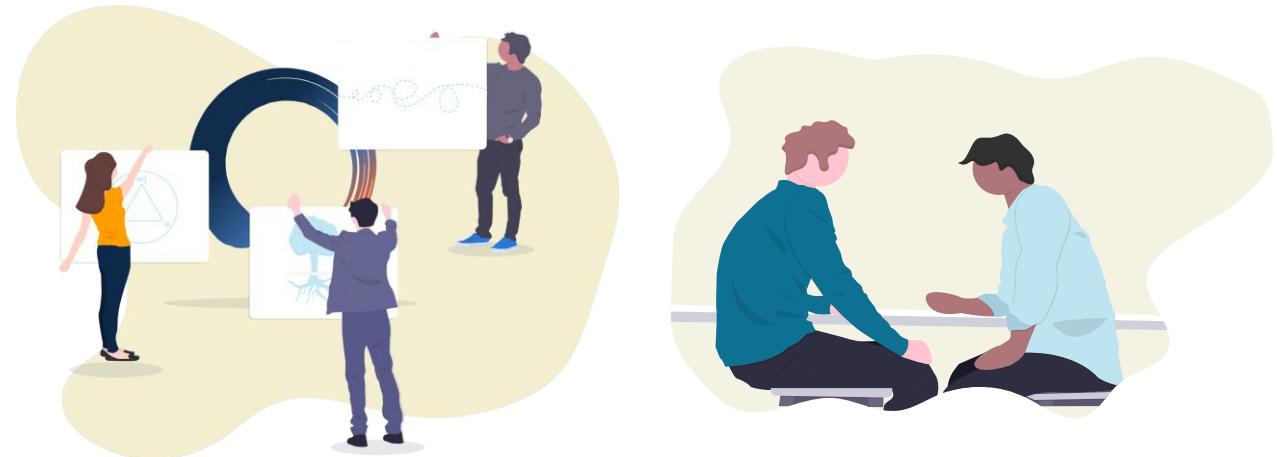
Koers op het nieuwe normaal

Goska Sixma
22 april 2021



De Friesland

GROWTH LEADERS — N E T W O R K —



Wat gaan we doen?

- Inleiding
- Introductie Groeikompas
- Oefenen en delen
- De challenge
- De volgende keer

*Stop trying to control how
you feel and instead take
control of what you do.*

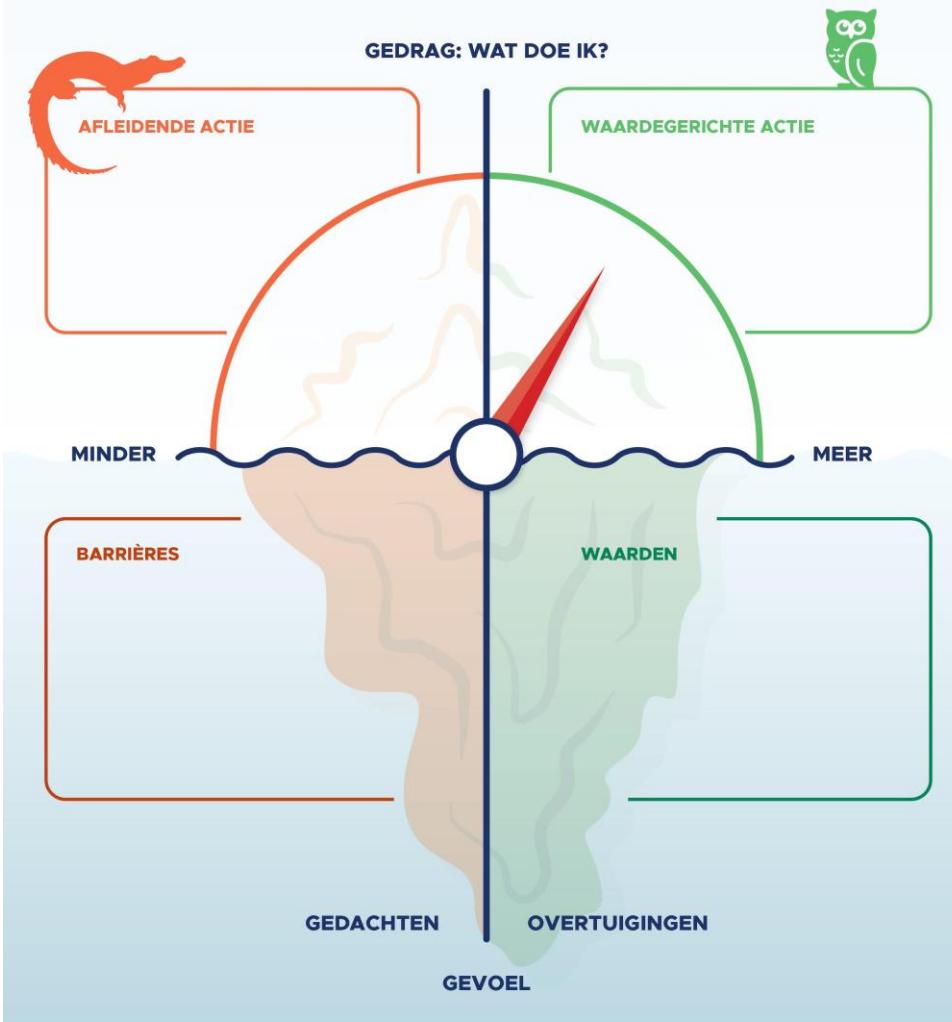
Russ Harris



GROEIKOMPAS

GROWTH
LEADERS
—NETWORK—

MIJN UITDAGING:



GROWTH
LEADERS
—NETWORK—

Opdracht

Wat vind jij op dit moment echt belangrijk?

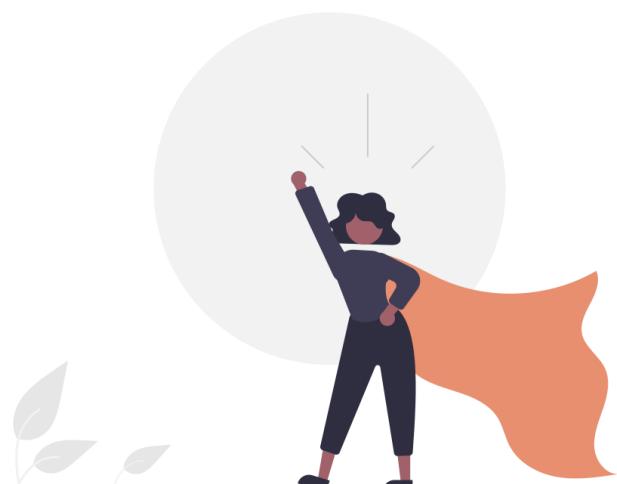
Wat drijft jou?

Wat doet er echt toe?



Opdracht

Wat doe jij als je in lijn met je waarden leeft?



Opdracht

Welke gedachten en gevoelens staan in de weg als ik beweeg in de richting van de rechter kwadranten?



Opdracht

Wat is jouw vecht, vlucht of bevries gedrag?



Gebruik je kompas om je te leiden in uitdagende situaties

- Bewust
- Waardegericht
- Effectief



Reflecteer op je kompas

- Bewust
- Waardegericht
- Effectief



Experimenteer met je kompas

- Pauzeknop
- Neem waar
- Kies



En hoe nu verder?

De Friesland



GROWTH
LEADERS
NETWORK