

## Ontwikkelingstraject MannenTijd!

Mannentijd verzorgt een intensief ontwikkelingstraject voor mannen die meer balans in hun leven willen.

### Waarom

Aan de oppervlakte heb je alles zo wel voor elkaar...huis, baan, relatie...maar toch vraag je je wel eens af: 'is dit nu alles?' en 'wat heb ik eigenlijk te doen in dit leven?' of 'wat wil ik nu eigenlijk zelf?'

Veel mannen ervaren een leegte, het onvervuld zijn. Zij lijken doelloos door het leven te gaan, vaak op weg van het ene vermaak naar het andere vermaak. Alsof het leven bestaat uit verplichtingen (werk, gezin) opgeleukt door een kroegentocht. Het plezier, de energie, het lijkt allemaal minder dan vroeger. Misschien herken je jezelf hierin of misschien herken je dit in je omgeving. Er lijkt iets structureels mis te zijn gegaan. Je bent uit balans en niet in staat om je volledige potentieel en authenticiteit in te zetten om je leven kleur te geven.

Wanneer de transformatie van jongen tot man niet volledig tot ontwikkeling is gekomen kun je als volwassene onvoldoende kracht putten uit een volledig en evenwichtig potentieel. Veelal lukt het dan onvoldoende de mannelijke en vrouwelijke kanten volledig te herkennen, erkennen en in te zetten om compleet in het leven te staan.

Mannentijd biedt een verdiepingstraining een 'ontdekkingsreis' van acht dagdelen waarin je op alle niveaus (fysiek, mentaal, spiritueel) gaat ervaren dat jij als volwassen stoere man ook het vrouwelijke kan integreren. Waar je nu staat, of je ervaring hebt met persoonlijke ontwikkeling, hoe oud je bent, maakt niet uit. Het gaat er om iets dat al in je potentieel aanwezig is te gaan (her)ontdekken en benutten in de reis die je wilt afleggen in dit leven.

Door het deelnemen aan het ontwikkelingstraject MannenTijd! raak je als man meer in balans, meer in je mannelijke complete kracht, als volwaardig man in relatie met jezelf, je vriendschappen, intieme relatie, vaderschap en carrière. Je ervaart hoe je persoonlijk leiderschap vol kunt neerzetten door hart, wijsheid, compassie en daadkracht te verbinden. Je zult meer betekenis voelen en zin in het leven krijgen. Jouw bestemming in de wereld wordt duidelijker. Voelen, weten en lief zijn voor jezelf en liefdevol naar anderen, interacteren met de omgeving, het zorgt voor veel creativiteit, psychische ruimte en geeft enorm veel energie!

## Inhoud

In combinatie en op volgorde doorlopen we aan de hand van 4 hoofdthema's (spelen, weten, doen, leiden) een persoonlijk ontwikkelingstraject van acht dagdelen. Deze dagdelen hebben allen hun eigen thematiek en dynamiek maar zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Door de actieve en creatieve werkwijze, in natuurlijke omgevingen, kom je meer in contact met je gevoel en 'onderwaterkwaliteiten'. Gedurende de trainingsdagen bieden we onderwerpen aan die de integratie van de vrouwelijke delen, zoals gevoel, liefde, compassie, intuïtie, empathie en met aandacht voor het grotere geheel, mogelijk maken. Daarnaast zullen de mannelijke aspecten als daadkracht, resultaatgerichtheid en analytisch vermogen, sterker ontwikkeld worden.

## Thema's dagdelen:

### *Spelen*

Dagdeel 1. Verbinden en delen

Dagdeel 2. Spelen en liefhebben

### *Weten*

Dagdeel 3. Ontdekken en zien

Dagdeel 4. Bewustworden en groeien

### *Doen*

Dagdeel 5. Analyseren en verkennen

Dagdeel 6. Acteren en bewegen

### *Leiden*

Dagdeel 7. Stabiliseren en ordenen

Dagdeel 8. Luisteren en leiden

In dit ontwikkelingstraject werken we met kleine groepen gelijkgestemde mannen. Deze mannen vormen gedurende de bijeenkomsten een klankbord en een steungroep. Respect, vertrouwen en veiligheid zijn kernwaarden in onze groepsprocessen. Iedere groepsdynamiek is uniek en ontwikkelt zich in de loop van het proces. Mannentijd zorgt voor een veilige omgeving waarin iedere deelnemer zich prettig kan voelen en zichzelf kan zijn.

## Inschrijven

Lijkt het Ontwikkelingstraject MannenTijd! jou verder te kunnen brengen? Neem dan contact met ons op. Deelname kan alleen na een vrijblijvend kennismakingsgesprek waarin we de verwachtingen over en weer kenbaar maken.

Zie voor actuele data, voorwaarden en aanbod onze agenda op de website: [www.mannentijd.nl](http://www.mannentijd.nl) of mail naar [jaap@mannentijd.nl](mailto:jaap@mannentijd.nl) of [ramon@mannentijd.nl](mailto:ramon@mannentijd.nl)