

LAAT JE NIET GEK MAKEN

De Voldoende Filosofie als alternatief



*Inspiratiemiddag
voor leerlingen of studenten*

Onze prestatie maatschappij gaat ten koste van onze mentale gezondheid. De cijfers van mentale problemen bij jongeren zijn zelfs schrikbarend te noemen. Het onderwijs is één van de plekken waar de druk het hoogst is. Voor leerlingen, studenten én docenten.

Zo zijn leren en doceren niet leuk meer! Iets doen we niet goed.

In deze inspiratiemiddag worden leerlingen meegenomen in hoe ze zelf bijdragen aan alle gekte. Waarom laten we ons eigenlijk zo gek maken? Kan dat ook anders? Leerlingen maken kennis met de Voldoende Filosofie.

De Voldoende Filosofie gaat uit van de voldoende als maat. Niet automatisch beter, sneller, meer of hoger, maar zoeken naar het punt dat op dat moment vol - doet. Soms is dat harder lopen, soms tien stappen terug en soms is dat een zijweg nemen. Het systeem kunnen we niet helemaal veranderen. We kunnen ons er wel anders toe verhouden, aansluitend bij onze natuurlijke behoeften.

Een afwisselend inspiratieprogramma waarbij jongeren zich kunnen herkennen maar ook uitgedaagd worden, waar jongeren informatie en inspiratie halen maar ook hun eigen gedachten kunnen ventileren. Het doel is dat jongeren zich gesterkt voelen om hun eigen gevoelens serieus te nemen en de zorg voor zichzelf te prioriteren, ten behoeve van hun gezondheid én ten behoeve van het leren.





Wie is Chris Rooijackers?

Chris Rooijackers is veranderaar, coach, spreker, moeder, historica en docent. Zij traint en coacht al meer dan 20 jaar in het onderwijsveld. Op basis van die ervaring schreef ze het boek 'laat je niet gek maken, de voldoende filosofie als alternatief'. Zij zet zich in voor een veilig, inclusief en gezond leef- en werkklimaat op alle lagen van de organisatie.

Dit programma kan toegespitst worden op:

- onderbouw middelbare school
- bovenbouw middelbare school
- studenten (niveau niet relevant)

De kosten zijn 1500,- excl. btw en reiskosten.



Scan de QR-code om het boek te bestellen.





De Voldoende Filosofie – Chris Rooijackers

0646308307

chrisrooijackers@kommakompagnie.nl

www.kommakompagnie.nl

Voldoende = Het nieuwe goed