

# FOLLOW YOUR M!ND

MENTAL DETOXING FOR CREATIVES

---

## NIEUWSBRIEF

---

Op mijn eerste nieuwsbrief kreeg ik erg veel positieve reacties. Vooral mensen die in hun bedrijf of in hun persoonlijk leven een belangrijke verandering meemaken waren geraakt en hebben gereageerd.

Ik ben inmiddels gestart met nieuwe coachingstrajecten en heb opdrachten gekregen voor teambegeleidingsactiviteiten.

Ook hebben diverse mensen laten weten dat zij mijn artikelen interessant vinden en willen uitprinten. Ik heb ze daarom op de website in PDF formaat omgezet.

### **Innerlijke criticus**

Mijn artikel van deze maand gaat over de innerlijke criticus. Dit is de strenge, veroordelende stem die je doen en laten kan beheersen, maar die wel een positieve boodschap in zich draagt. Voor creatieve processen is deze innerlijke criticus fnuikend. Je vindt je werk nooit goed genoeg, het kan altijd beter en je creëert je eigen frustratie en teleurstelling. Op de lange duur kan dit zo ondermijnend werken dat burn-out dreigt.

[Lees verder.](#)

Wanneer dit thema je aanspreekt en je verandering in je situatie wilt aanbrengen, kan onderstaande thematische workshop interessant voor je zijn.

### **Workshop**

**'Ontdek de kracht van je innerlijke criticus en gebruik je talenten'**

Bij voldoende belangstelling organiseer ik op vrijdag 14 maart a.s. van 10.00 tot 17.00 uur in Rotterdam-Kralingen de workshop 'Ontdek de kracht van je innerlijke criticus en gebruik je talenten'.

De prijs voor de workshop van een dag, gevolgd door twee maanden telefonische coaching is €495,- excl. BTW. Wanneer je je samen met een collega of vriend(in) [aanmeldt](#) krijgen jullie ieder €50,- korting.

Editie: Februari 2008

**Inhoud:**

**Innerlijke criticus**

**Workshop**

**Volgende maand**

**Abonneren/ Afmelden**

### **Volgende maand- Beelddenken**

Als voorbereiding op mijn artikel voor volgende maand over Beelddenken heb ik een expert op dit gebied geïnterviewd. Veel creatieven zijn beelddenkers en dit heeft de nodige implicaties. Om enkele positieve te noemen: het grote geheel overzien, intuïtief en vindingrijk zijn. Enkele negatieve: moeite hebben met ordenen, zwak tijdsbesef hebben etc. In het artikel staan ook weer nuttige tips.

Met vriendelijke groet,

**Marielle Hendriks**

**Coach voor Creatieven**  
**[www.FollowYourMind.nl](http://www.FollowYourMind.nl)**

© Marielle Hendriks 2008