



PMA

Het Persoonlijk PMA-GroeiPakket

Inzicht. Helderheid. Ruimte. Vrijheid. Rust. Dit zijn de reacties van mensen die PMA-Coaching hebben ontdekt. Daarbij komt ook nog eens de verbazing dat het effect blijvend is. Progressive Mental Alignment (PMA) is dan ook dé aanpak voor mensen met karakter die in een korte tijd antwoord willen hebben op hun vragen.

Het antwoord zit onder in de ijsberg

Het verschil met andere coachingstechnieken is dat we niet via ons bewustzijn gaan redeneren waarom iets wel of niet een goed idee is, maar door middel van de PMA-vraagmethodiek rechtstreeks het onderbewuste induiken. Allerlei onderbewuste processen sturen namelijk de hele dag ons gedrag, de zogenaamde automatische piloot. Dit zorgt ook voor het bekende terugvalfenomeen: we hebben weliswaar inzicht waarom we doen zoals we doen en toch vallen we weer terug in oud gedrag. Met PMA leer je hoe je zelf weer het stuur in handen kan pakken en de automatische piloot blijvend anders kan instrueren.



Ons krachtige brein

Of het nu gaat om onverklaarbare reacties bij het omgaan met bepaalde typen mensen, een hekel hebben aan bepaald gedrag, allerlei soorten twijfels of angsten voelen, moeilijk besluiten kunnen nemen, het lastig vinden om mensen aan te spreken of iets aan ze te vragen, podiumangst etcetera, je brein heeft het antwoord. Onderbewuste stoorzenders zijn de bron van dit gedrag en bijbehorende gevoelens.

Het Persoonlijk PMA-Groeipakket

Tijdens de intake geef je je groeiwens aan en vul je het online-groei formulier in die tijdens je ontdekkingsreis meetbaar maakt hoe je groeit. Je volgt een 1-daags ervaringsseminar waar je in groepjes van ca 10 mensen de PMA-Methodiek kan ervaren en leert hoe je deze zelf-ontwikkelingstechniek ook thuis kan toepassen. Je krijgt het boek Innerlijke Macht voor meer achtergrondinformatie en het PMA-Oefenboek en bovenal 14 uur coaching (in onderling overleg in te plannen). Ook E-coaching en specifieke huiswerkopdrachten vormen een belangrijk onderdeel van je groeiproces. Een persoonlijk pakket toegesneden op jouw groeiwensen en afspraken die passen in jouw agenda. Binnen 3 maanden heeft 90% van de deelnemers zijn/haar groeiwens gerealiseerd. Het is een intensief en leef-verrijkend pakket met een levenslang effect. De investering voor dit totale pakket is € 1950 excl BTW.

Wil je meer weten over PMA? Kijk dan op www.pmanederland.nl

Voor meer informatie over het Persoonlijk GroeiPakket email naar info@pmanederland.nl of bel naar 0800-5805805

Robert Witlox, ondernemerscoach

Ik heb mijn eerste ervaring met de PMA-methode als bijzonder zinnig ervaren. Door links te leggen tussen zintuiglijke waarnemingen als beelden, kleuren en geluiden kwam ik er dmv jouw coaching achter dat mijn angst om voor grote groepen te spreken wordt opgewekt door grote witte vlakke voorwerpen en fel wit licht. Nu ik me hiervan bewust ben lijkt het erop dat de angst ook volledig weg is. Ik kan het nog steeds niet helemaal bevatten en ben (nog steeds) benieuwd of het permanent is. Het heeft er alle schijn van, mag ik je wel al verklappen.

Jitske Veldman, psychologe

Het is een verrijking en verdieping om door PMA in staat te zijn alle beelden en ervaringen die je kent op te roepen, te begrijpen en te doorleven. Een paar PMA-bijeenkomsten hebben tot gevolg gehad dat ik verschillende aspecten in werk en privé positiever benader, dat ik emoties sneller kan inschatten en dat ik beter in staat ben me te verbinden met mezelf en anderen.

A.B. te R.

Via mijn werkgever werd ik geattendeerd op de mogelijkheid van pma coaching. Het ging niet zo goed op mijn werk en eigenlijk ook niet zo met mijzelf. Ik vluchtte voor mijn problemen en dronk daardoor nogal vaak en veel alcohol (met de nodige gevolgen). Na drie coaching gesprekken voelde ik mijzelf continu veel sterker en zekerder. Ik heb geen behoefte meer om problemen voor me uit te schuiven en ook geen behoefte aan alcohol meer. Mijn werkgever en collega's is het ook opgevallen. Ik ben opener, opgewekter en vind mijn werk een stuk leuker.