

Persoonlijke Effectiviteit

Deze training werkt als een kompas en is tevens een spiegel. In een korte periode krijgt u meer grip op uzelf en uw omgeving. Door meer zicht te krijgen op uw gedrag, kwaliteiten en drijfveren, kunt u patronen en ongewenste terugkerende situaties gaan begrijpen. Begrip vormt het startpunt van verandering. We boeken resultaat door samen met u concrete en haalbare leerdoelen te formuleren. We bespreken wat succes bevordert en waar uw belemmeringen zitten. Doordat de training Persoonlijke Effectiviteit is verspreid over een langere periode kunt u het geleerde daadwerkelijk toepassen en verankeren in uw dagelijkse praktijk.

Voor wie?

Deze training is geschikt voor iedereen die:

- wil leren functioneren vanuit zelfkennis en zelfvertrouwen;
- wil groeien in werk en samenwerking;
- competenties wil ontwikkelen zoals pro-activiteit, assertiviteit, flexibiliteit en sensitiviteit;
- wil leren op constructieve wijze invloed uit te oefenen;
- gevolg wil geven aan zijn of haar persoonlijke ambities en wensen.

Vragen waarop deelnemers een oplossing vonden in onze training

“Hoe haal ik meer plezier uit mijn werk en realiseer ik mijn persoonlijke ambitie?”

“Hoe kan ik meer opkomen voor mezelf?”

“Hoe kan ik beter omgaan met mijn emoties en die van anderen?”

“Ik wil een betere balans vinden tussen werk en privé. Hoe krijg ik dat voor elkaar?”

Resultaat

Na het volgen van deze training heeft u uw zelfkennis vergroot. U heeft uw mogelijkheden beter leren kennen en weet uw kracht en kwaliteiten goed in te zetten. U begrijpt uw collega's en/of leidinggevende beter en bent daardoor in staat deze op constructieve wijze te beïnvloeden. U bent beter in staat nee te zeggen en om keuzes te maken als de situatie daarom vraagt. Uw meerwaarde voor de organisatie is gegroeid omdat u effectiever bent geworden in de samenwerking en gemakkelijker met veranderingen kunt omgaan.

Inhoud

Uw persoonlijke leerdoelen lopen als een rode draad door de training Persoonlijke Effectiviteit. U heeft een grote invloed op het rendement van de training door actief de koppeling te maken tussen de aangereikte thema's en uw dagelijks leven.

Vanuit verschillende benaderingswijzen kijkt u nieuwsgierig naar uzelf en de ander.

De verschillende theorieën die u krijgt aangereikt dienen als korte, heldere kapstukken.

Daarnaast wordt er vooral veel 'ervaren'. Op die manier krijgt u steeds meer zicht op uw eigen gedrag en leert u zich nieuw gedrag eigen te maken.

Onderwerpen zijn onder meer:

- het vergroten van uw zeven eigenschappen van persoonlijke effectiviteit (Covey);
- inzicht in uw voorkeursgedrag en dat van de ander (MBTI®/JTI);
- inzicht in uw en andermans kwaliteiten, valkuilen, uitdagingen en allergieën (Ofman);
- constructief beïnvloeden en variëren in gedrag;
- opkomen voor de eigen belangen met behoud van de relatie (assertiviteit);
- goed omgaan met eigen emoties en die van anderen (emotionele intelligentie);
- bewust worden van uw belemmerende gedachten om daadwerkelijk te komen tot veranderingen;
- effectief omgaan met stress;
- aanspreken op gedrag of afspraken (persoonlijke feedback en kritiek).

Werkwijze en leerstijl

Leren en ontwikkelen gaat niet zomaar. Het vergt tijd, oefening, durf en overredingskracht voor uzelf en uw omgeving. Een veilige groepssfeer in de training nodigt uit tot openheid en experimenteren met nieuw gedrag.

In de training Persoonlijke Effectiviteit wisselen we korte theoretische uiteenzetting af met ervaren leren. Er wordt veel gewerkt met het geven en ontvangen van feedback. Onderlinge feedback is een krachtig middel om veranderingen in en door te zetten.

Leergang

Deze training is onderdeel van de leergang persoonlijke ontwikkeling. Na de training Persoonlijke Effectiviteit bieden wij de vervolgtrainingen [Kom In Je Kracht](#) en [Persoonlijk Meesterschap](#). Wanneer u twijfelt of de training Persoonlijke Effectiviteit aansluit bij uw leerwensen kunt u telefonisch of [per e-mail](#) contact opnemen met ons bureau.

Wat deelnemers zeggen

“Ik heb mijn leerdoelen leren kennen en ervaren dat ik weer in mijn kracht kan komen. Dat ik er wel toe doe!”

“Een cadeautje!”

“De training heeft mij aan het denken gezet over wat ik wil, wat ik kan en wie ik wil zijn, waarbij ik mij ook beter bewust ben waarom anderen (in mijn omgeving) soms reageren zoals ze reageren.”

“Het is concreet en diepgaand. Ik ben veel over mezelf te weten gekomen.”

“Door de feedback van de deelnemers kreeg ik een heldere spiegel voorgehouden.”

“Leerzame cursus, intensief, soms confronterend, op een leuke manier veel over jezelf ontdekken en leren.”

Groepssamenstelling

Wij streven naar een groepssamenstelling met een diversiteit in achtergrond en werkomgeving om zo het leereffect te vergroten. De meeste deelnemers werken op middelbaar en hoger niveau en zijn afkomstig uit het bedrijfsleven en de overheid. De groepsgrootte varieert tot 12 deelnemers.

Duur en locatie

Wij kennen zes startdata per jaar, waarop verschillende groepen gelijktijdig van start kunnen gaan. De training wordt op twee verschillende manieren uitgevoerd:

- zeven separate dagen; zes weken achter elkaar een vaste dag in de week en een afsluitende dag met een speciaal programma enkele weken later;
- drie modules van twee dagen met een doorlooptijd van drie maanden. Op elke eerste trainingsdag is er een avondprogramma tot 20:00 uur, de tweede dag eindigt om 17:00 uur.

Voor onze trainingen maken wij gebruik van diverse locaties centraal in Nederland.

Actuele [data en locaties](#) vindt u op onze website.

Prijs

€ 2.760,00 vrijgesteld van BTW, inclusief trainingsmap, vragenlijsten, overige materialen en lunches.

Deze training geeft u recht op één gratis deelname aan een Pro-Activeringsdag. Dit is een themadag die wij in aansluiting op de open trainingen organiseren. De datum van de eerstvolgende Pro-Activeringsdag kunt u vinden in onze [agenda](#) of kijk uit naar de aankondiging bij het [nieuws](#).

Indien u gebruik wilt maken van diner of overnachting voor het avondprogramma van de tweedaagse module, dan kunnen wij dat voor u regelen. U kunt dit aangeven in het opmerkingenveld van het inschrijfformulier. De kosten hiervoor dient u rechtstreeks met het conferentiecentrum te verrekenen.

In-company maatwerkmogelijkheden

De training Persoonlijke Effectiviteit verzorgen wij tevens als in-company maatwerktraject. De inhoud van de training zal dan aangepast worden aan de leerbehoefte van uw organisatie.

U kunt zich voor al onze open trainingen, in-company maatwerk trainingen en workshops inschrijven op www.schoonderwoerd.nl.