

Informatie over de open training: Effectief Persoonlijk Leiderschap (EPL)

Verhoog je persoonlijke effectiviteit en prestaties als mens, professional of leidinggevende.

Wat het inhoudt:

Je werkt al geruime tijd als professional of je bent gevraagd om een leidinggevende rol op je te nemen. Het is je ambitie om jezelf verder te ontwikkelen, waardoor je nog effectiever wordt in wat je doet en waardoor je met een groter gemak jouw (levens)doelen kunt bereiken. Persoonlijke groei en gelukkig zijn ontstaan namelijk pas als je dingen doet die voor jou echt belangrijk zijn.

Dat vraagt om persoonlijk leiderschap. Dat houdt in dat je zelf richting kunt geven aan je leven, jouw ambities weet waar te maken, werk en privé. Dat je verantwoordelijkheid neemt voor wat er op je pad komt en daarin jezelf op een constructieve wijze weet te 'managen' in kwaliteit en kwantiteit.

Het vraagt van je dat je jezelf beter leert kennen, je kennis verdiept, zicht krijgt op jouw persoonlijke visie, waarden en kwaliteiten. En ook dat je je bewust wordt van contraproductief gedrag en je valkuilen. Dat je bereid bent om hieraan te werken en vaardigheden ontwikkelt die je direct kunt toepassen in de praktijk.

In deze intensieve training leer je hoe je de beste versie van jezelf wordt. Je ontdekt wat de invloed van jouw gedrag is op anderen. Je leert een succesvolle aanpak te hanteren naar je omgeving; een aanpak die past bij jou. Je werkt aan de kerncompetenties van Persoonlijk leiderschap: zelfinzicht, zelfmanagement en zelfsturing.

Zelfinzicht richt zich op bewustwording van je eigen kwaliteiten en verbeterpunten, op jouw houding en gedrag alsook op contraproductief gedrag.

Zelfmanagement betreft het verbeteren van je focus, effectiviteit en productiviteit m.b.v. onder andere timemanagement technieken, mindfulness en wilskracht (zelfbeheersing).

Zelfsturing gaat over verdieping van jouw persoonlijk leiderschap door visie, waarden en doelen (werk & privé) helder te krijgen. Ook maak je een concreet actieplan voor toepassing in de dagelijkse praktijk.

Resultaten

- Je weet meer invloed uit te oefenen op je omgeving.
- Je kunt effectiever communiceren met anderen, waardoor je de perceptie van anderen over jou beter kunt managen.
- Je kunt beter reflecteren op jezelf en je omgeving en beter reageren op lastige situaties.
- Je weet beter om te gaan met stress en emoties en zo meer balans te houden.
- Je bent in staat om jezelf beter te managen in de tijd die je beschikbaar hebt.
- Je weet leiding te nemen over je eigen loopbaan en leven.
- Je kunt beter keuzes maken op basis van de zaken die voor jou echt het verschil maken.

- Je kunt duidelijker richting geven aan je leven vanuit jouw persoonlijke visie, waarden en doelen.
- Je weet jouw potentieel veel beter te benutten en meer resultaat te boeken op persoonlijk en professioneel vlak.
- Je kunt meer voldoening halen uit je werk en meer genieten van het leven!

Programma

Intakegesprek online: om leerpunten helder te krijgen, vindt er voorafgaand aan Dag 1 een intakegesprek plaats met iedere deelnemer. Ook wordt in dit gesprek het voorbereidende werk besproken.

Dag 1: kennis en inzicht

Kennis en inzicht verkrijgen in de werking van ons brein alsmede houding & gedrag. Jezelf beter leren kennen qua houding waarmee in je het leven staat, kwaliteiten en valkuilen, communicatie met jezelf en met anderen. De dag staat in het teken van bewustwording en zelfreflectie.

Dag 2: verdieping en vaardigheden

Verdieping van kennis en kunde op gebied van persoonlijk leiderschap. Verantwoordelijkheid nemen versus slachtoffergedrag. Proactief of reactief. Invloed uitoefenen. Bewustwording van niet-effectief gedrag en handvatten voor zelfmanagement (waaronder mindfulness). De dag staat in het teken van (zelf)reflectie en vaardigheden opdoen.

Dag 3: verdieping, vaardigheden persoonlijk leiderschap en leidinggeven

Inzicht opdoen over moedig leiderschap. Verdieping persoonlijk leiderschap door jouw visie, waarden en doelen helder te krijgen. Werken aan effectief timemanagement en wilskracht. Vertaalslag naar praktische handvatten en actieplan voor toepassing in de dagelijkse praktijk. De dag staat in het teken van bewustwording, (zelf)reflectie en vaardigheden opdoen.

1-op-1 Coaching online: om het geleerde in de praktijk te internaliseren vindt er tussen dag 3 en dag 4 een online coaching gesprek plaats met iedere deelnemer.

Dag 4: reflectie persoonlijk leiderschap en verbreding vaardigheden leidinggeven (terugkomdag)

Reflectie op het toepassen van jouw persoonlijk leiderschap in de afgelopen weken. Werken aan leiderschap naar anderen o.a. aan de hand van diverse communicatie tools. Denk aan: luisteren met een open mind, angel uit discussies trekken, en interactiestijlen toepassen in (zakelijke) gesprekken. Deze dag staat in het teken van verdere bewustwording, (zelf)reflectie en vaardigheden opdoen.

Voor wie:

- Professionals met een aantal jaren werkervaring die een volgende stap willen zetten in hun professionele en persoonlijke ontwikkeling.
- Medior en senior professionals die vanuit 'mens- en vak volwassenheid' een serieuze sparringpartner willen zijn.
- Beginnend leidinggevendend die verantwoordelijk zijn voor de resultaten van een (project)team of afdeling. Kan functioneel (bijv. projectleiders) of hiërarchisch (bijv. teamleiders) leidinggeven betreffen.
- Leidinggevendend zonder Management & Leiderschap kennis en/of achtergrond.

Een goede leider voor anderen kun je pas zijn als je eerst leiding weet te geven aan jezelf.

Praktische zaken:Programma duur:

In-company 3 of 4-daagse training; op maat gemaakt o.b.v. wensen van de opdrachtgever.

Open 4-daagse training op locatie (Amsterdam): 2x p/jaar. 3 dagen + 1 terugkom dag.

Data 4-daagse training: zie voor de meest recente data de info op de site:

<https://www.groefabriek.nl/pagina.php?id=9>

100% Corona-proof

Deze training vindt plaats op locatie. Daarbij staat jouw veiligheid voorop. Zolang de RIVM-maatregelen van kracht zijn, is er daarom ruimte voor maximaal 8 deelnemers. De trainingslocatie werkt volgens de COVID-19 normen van de overheid. Dit geldt ook voor de eisen m.b.t. de catering en hygiëne handhaving.

Om de veiligheid van alle deelnemers te garanderen, kunnen wij alleen deelnemers zonder COVID-19 gerelateerde gezondheidsklachten toelaten tot de training.

Aanpak en werkwijze in of rondom de trainingen:

- We maken gebruik van de ervaringsleer: betekent dat deelnemers behalve lezen en het horen van theoretisch gedachtegoed ook observeren, doen, oefenen, reflecteren op dingen voor zichzelf en delen met elkaar, uitwisselen van ervaringen.
- Opdrachten voorafgaand aan een training om de focus alvast op de trainingsonderwerpen te zetten.
- Oefenopdrachten tussen de trainingsdagen in om het materiaal beter te laten beklijven.
- Theoretische modellen, technieken, stappenplannen en checklisten en diverse concreet te gebruiken tools worden tijdens de trainingsdagen aangereikt.
- Coaching in de groep.
- Evaluatie van het geleerde.

Onze benadering

De EPL-training maakt gebruik van de meest recente wetenschappelijk onderbouwde psychologische inzichten (genetica, gedragswetenschappen en neuropsychologie). Inzichten en praktische toepassingen vanuit de evolutionaire psychologie en wilskracht maken een fundamenteel onderdeel uit van de training.

De trainers van de Groeifabriek werken altijd op het snijvlak van persoonlijke en professionele ontwikkeling, waarbij vaardigheden, gedrag, attitude en waarden afwisselend worden geadresseerd. Onze stijl van werken wordt door opdrachtgevers omschreven als resultaatgericht, uitdagend, zelf reflecterend, empowering, respectvol, integer, met humor.

De EPL-training wordt gegeven door Muriel Hillenius of Claudia Kranefüss.

Follow-up met coaching:

Om het geleerde in de training verder te borgen en om niet te snel terug te vallen in oud gewoontegedrag, is een kort coaching traject van 4 sessies mogelijk. De sessies vinden plaats in een tijdbestek van 3 tot 4 opeenvolgende maanden. Planning van de sessies vindt in overleg plaats tussen de coach en coach cliënt.

Uurtarief coaching: € 145,- excl. BTW

Training tijden: van 9.15-18.00 uur (excl. uitloop).

Voorwaarde voor deelname:

- Hbo-denkniveau en hoger
- Interactie- of Communicatiestijlen (DISC) training gevolgd
- Het volledig kunnen bijwonen van de 4 trainingdagen.

Om het programma optimaal te laten verlopen, is het van belang dat de deelnemers op tijd arriveren en volledig deelnemen. Vroegtijdig vertrekken of laat arriveren zal het proces en de effectiviteit verstoren.

Investing:

- Trainingsprogramma; incl. intake en 1x coaching gesprek tussentijd € 1.860,-
tarief per dag € 465,-
- Locatie incl. catering incl. lunch hele dag (excl. diner) max. € 350,-
- Tarieven zijn excl. BTW

Bij minder dan 6 deelnemers wordt de training verschoven naar een latere datum.

Bij annulering:

- meer dan 1 maand voor aanvang: geen programma- en geen cateringkosten.
- meer dan 8 dagen voor aanvang: 50% van de programmakosten
- minder dan 8 dagen voor aanvang: 100% van de programmakosten
- minder dan 8 dagen voor aanvang: 100% van de cateringkosten.

Locatie: Amsterdam.

Heb je belangstelling om deel te nemen of wens je meer informatie?
Bel of mail met:

Muriel Hillenius

- tel: 06 54 92 72 24
- mail: muriel.hillenius@groefabriek.nl