

## **Informatie over de Effectief Persoonlijk Leiderschap (EPL) training**

### **Inhoud**

Je werkt al geruime tijd als professional en/of geeft al enige tijd leiding.

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 manier 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 niet-functioneel gedrag en je valkuilen. Dat je bereid bent om hieraan te werken en vaardigheden ontwikkelt die je direct kunt toepassen in de praktijk.

Een goede leider naar en voor anderen kun je pas worden als je eerst leiding weet te geven aan jezelf. Vandaar dat deze training eerst aandacht geeft aan jouw persoonlijk leiderschap.

Vervolgens ga je in de training aan de slag met effectief communiceren, inspireren, coachen en samenwerken met anderen.

Je krijgt scherper inzicht in jouw kwaliteiten en ontwikkelpunten op dit vlak.

### **Resultaten**

- Je weet met meer impact invloed uit te oefenen op je omgeving.
- Je kunt effectiever communiceren met je omgeving, waardoor je de perceptie van anderen over jou beter kunt managen.
- Je kunt beter reflecteren en reageren op lastige situaties.
- Je weet beter balans te houden en kunt effectiever omgaan met (onnodige) stress en emoties.
- Je bent in staat om jezelf beter te managen in de tijd die je beschikbaar hebt, waardoor je ruimte maakt voor de zaken die echt belangrijk voor je zijn.
- Je weet leiding te nemen over je eigen loopbaan en leven.
- Je kunt beter keuzes maken op basis van de zaken die voor jou het verschil maken in je leven.
- Je kunt duidelijker richting geven aan je leven vanuit jouw persoonlijke visie, waarden en doelen.
- Je weet hoe je effectiever leiderschap kunt tonen naar anderen en hen makkelijker in beweging kunt krijgen.
- Je kunt meer voldoening halen uit je werk en meer genieten van het leven!

## **Programma**

### 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 (zelf)reflectie.

### 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

Verdieping persoonlijk leiderschap door jouw visie, waarden en doelen helder te krijgen. Werken aan effectief timemanagement. Vertaalslag naar praktische handvatten en actieplan voor toepassing in de dagelijkse praktijk.

Jouw leiderschap naar anderen ontwikkelen; kwaliteiten en valkuilen. Effectief communiceren naar anderen, feedback geven, faciliteren en inspireren. De dag staat in het teken van bewustwording, (zelf)reflectie en vaardigheden opdoen.

### 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: managen van verwachtingen, angel uit discussies trekken, omgaan met weerstand en interactiestijlen toepassen in (zakelijke) gesprekken.

Deze dag staat in het teken van verdere bewustwording, (zelf)reflectie en vaardigheden opdoen.

## **Praktische zaken:**

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

Er is ruimte voor maximaal 12 deelnemers, zodat er van de trainer voldoende persoonlijke aandacht voor en individuele begeleiding van de deelnemers is.

### 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.
- Opgavten voorafgaand aan een training om de focus alvast op de trainingsonderwerpen te zetten.
- Oefenopdrachten tussen de trainingdagen in om het materiaal beter te laten beklijven.
- Theoretische modellen, technieken, stappenplannen en checklisten en diverse concreet te gebruiken tools worden tijdens de trainingdagen aangereikt.
- Oefenen m.b.v. praktijkgerichte casussen.
- Rollenspellen (indien relevant).
- 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.

### 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 training gevolgd
- Het volledig kunnen bijwonen van de 4 trainingsdagen.

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.

### Voor wie is deze training:

- Professionals met een aantal jaren werkervaring die een volgende stap willen zetten in hun professionele en persoonlijke ontwikkeling.
- Beginnend leidinggevenden die verantwoordelijk zijn voor de resultaten van een (project)team of afdeling. Kan functioneel (bijv. projectleiders) of hiërarchisch (bijv. teamleiders) leidinggeven betreffen.
- Leidinggevenden zonder Management & Leiderschap kennis en/of achtergrond.

Investering:

- Trainingsprogramma; tarief per dag € 465,-
- Locatie incl. catering incl. lunch hele dag (excl. diner) per dag € 80,-
- Tarieven zijn excl. BTW

Bij minder dan 8 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: gebouw De Nieuwe Liefde, Amsterdam.