

PERSOONLIJKE EFFECTIVITEIT

Doelstelling:

Na deze training zullen de deelnemers:

- Inzicht hebben in het eigen gedrag en de effecten daarvan op zichzelf en de omgeving.
- Eigen gedrag begrijpen en beïnvloeden.
- Op basis van een gedragsanalyse in staat zijn om de persoonlijke ontwikkeling effectiever vorm te geven, zodat de effectiviteit van het handelen wordt vergroot.
- De opgedane kennis van het eigen gedrag en het effect ervan op anderen vormt een stevige basis voor de verdere loopbaanontwikkeling.

Doelgroep:

Iedereen die meer inzicht wil krijgen in zijn eigen gedrag en het effect hiervan op anderen. Je hebt behoefte aan feedback op je persoonlijk functioneren en wilt de effectiviteit van je gedrag vergroten, zodat je je persoonlijke loopbaandoelen kunt realiseren.

Beknopt overzicht van de te behandelen onderwerpen:

- Welke gedragsstijlen zijn er?
- Welke gedragsstijlen heb je?
- Wat is het effect hiervan op anderen?
- Hoe zien je persoonlijke doelstellingen eruit?
- Wat zijn je persoonlijke kwaliteiten en valkuilen?
- Hoe presenteer en profileer je jezelf?
- Hoe assertief ben je?
- Hoe kun je feedback geven en ontvangen?
- Hoe ga je om met weerstanden van jezelf en anderen?
- Hoe ziet je interactie in een groep eruit?
- Welke beïnvloedingsstijlen zijn er?
- Hoe ziet jouw persoonlijke ontwikkelingsplan eruit?
- Hoe kun je de effectiviteit van je gedrag vergroten?
- Hoe ontwikkel je jezelf in de richting van de gestelde doelen?

Aantal deelnemers:

Maximaal 12 deelnemers per groep.

Trainingsduur:

Vier dagen aaneengesloten of met een intervalperiode. Aanvang 10.00 tot 16.00 uur.

Locatie:

Trainingslokaal met ruimte voor praktijksimulaties met de daarbij benodigde rekvisieten. De training kan zowel intern als extern worden verzorgd.

Methodieken:

Korte inleidingen gevolgd door zelfonderzoek en discussies, maar vooral veel praktijksimulaties met analyse van de plus- en minpunten.