

LEERGANG 'ZETJE ROER OM!'

Deze leergang gaat over jou! Om precies te zijn over jouw persoonlijke ontwikkeling in communicatie en gedrag binnen jouw leven en werk. De leergang geeft een boost aan je persoonlijke effectiviteit en je levensgeluk.

Kies je eigen rol en invloed

Communiceren, jezelf en anderen begrijpen is niet makkelijk.

Je hebt in je leven te maken met weerstand, ongeduld, onbegrip, boosheid, passiviteit en meer. Bij jezelf en bij anderen, wat jou weer kan beïnvloeden. Vraag je je weleens af hoe het komt dat mensen totaal verschillende opvattingen hebben? Word je ook zo moe van mensen met een negatieve blik die altijd iets te zeuren hebben? Erger jij je meer dan je lief is? En hoe ga je daar mee om, keer op keer? Dat kan knap lastig zijn. Bij Zetje leer je omgaan met alle situaties door je bewust te maken van je eigen gedrag, rol en invloed.

Wat leer je?

De leergang 'Zetje roer om!' biedt je praktische handvatten voor je persoonlijke ontwikkeling:

- Je leert op een professionelere manier communiceren.
- Je leert bewuster je gedrag te kiezen in privé- en werksituaties.
- Je leert jezelf en anderen beter begrijpen door patronen en overtuigingen te doorgronden. Op basis daarvan ben en werk je makkelijker samen met anderen.
- Je ontdekt wat er gebeurt in de communicatie tussen jou en de ander. Wat weerhoudt jou er bijvoorbeeld van om iemand aan te spreken of feedback te geven? Je ontdekt hoe het komt dat je je in bepaalde situaties erg klein en overdonderd voelt.
- Het zelfinzicht dat je verder ontwikkelt, helpt je om gemakkelijker problemen of lastige situaties op te lossen.
- Je krijgt tools aangereikt om mensen te begeleiden en ze meer bewust aan te sturen.

Welke competenties ontwikkel je?

In deze leergang ga je volop aan de slag met de (verdere) ontwikkeling van de volgende competenties: doelen stellen, aanpassingsvermogen, zelfkennis, gespreksvaardigheid, onafhankelijkheid, assertiviteit, luisteren, doorvragen, zelfsturing, feedback geven en ontvangen, samenwerken, zelfvertrouwen, verantwoordelijkheid, inlevingsvermogen, zelfontwikkeling, observeren, aanspreken op gedrag, mensenkennis, en zelfreflectie.

Hoe is de leergang opgebouwd?

De leergang is vooral praktisch van opzet en rijk gevuld met allerlei (verwerkings)opdrachten. We werken in zowel kleine groepjes als samen met de complete groep. Jouw praktijk is leidend en uitgangspunt bij de opdrachten. Theoretische inzichten vanuit Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP), Rationele EffectiviteitsTraining (RET), Transactionele Analyse (TA) en Familieopstellingen (Hellinger), dragen bij aan een goede en brede basis om je persoonlijk verder te ontwikkelen. Je gaat tijdens deze leergang intensief aan de slag met persoonlijke doelen, verwerkt in een persoonlijk plan. Theorie en praktijk wisselen elkaar af gerelateerd aan de inbreng van deelnemers.

Aan het einde van elke dag krijg je een integratieopdracht om het geleerde meteen in jouw praktijk toe te passen.

Wat verwacht Zetje van jou?

Zetje heeft ambitieuze doelen voor jou met deze leergang. Om die te bereiken is het nodig dat je volledig bereid bent om:

- kritisch naar je eigen communicatie, denken, gedrag en functioneren te kijken;
- de gevolgen daarvan te verkennen, te herkennen en te erkennen;
- jezelf te ontwikkelen en samen te werken met andere deelnemers.

Een schriftelijke intake is verplicht. Zo zorgen we samen voor een optimaal resultaat.

Voor wie is de leergang bedoeld?

De leergang 'Zetje roer om!' richt zich op:

- Jou! Wanneer jij je herkent in de beschrijving hierboven en graag aan de slag wilt met je persoonlijke ontwikkeling.