

# Training Persoonlijke effectiviteit

## Resultaat

U bent toegewijd, ambitieus en wilt graag snel goed werk afleveren en ook soepel met uw collega's samenwerken. Maar toch heeft u het gevoel alsof u regelmatig achter de feiten aanloopt, dat u niet de gewenste doelen bereikt of steeds tegen dezelfde muren oploopt. Alles kan altijd beter, sneller en efficiënter. Herkent u dit?

Dan is het goed om een training Persoonlijke effectiviteit te volgen bij Reframe!

Zodat u uw vermogen vergroot om gericht te kunnen sturen op gewenste effecten van uw gedrag.

Om niet alleen datgene te doen wat u vindt dat u moet doen, maar vooral ook om datgene te bereiken wat u wilt bereiken!

Het goed organiseren van uw werkzaamheden is een manier tot effectief en efficiënt werken. U maakt hierbij gebruik van uw kwaliteiten.

Maar weet u eigenlijk wel precies welke kwaliteiten dit zijn en hoe u hier invloed op uit kunt oefenen?

Teveel van een bepaalde kwaliteit kan namelijk overgaan in een valkuil en een averechts effect hebben. De onderlinge samenhang en inzet van uw persoonlijke kwaliteiten en valkuilen is dus van grote invloed op het resultaat.

Door de training Persoonlijke effectiviteit van Reframe verscherpt u uw inzicht in uw eigen capaciteiten en functioneren. U krijgt inzicht in het gedrag dat u belemmert om het maximale uit uzelf te halen.

Afhankelijk van uw persoonlijke leerdoelen, bent u na afloop in staat om:

- uw talenten beter te benutten
- grenzen te stellen
- stressbestendiger te worden
- uw effectiviteit te vergroten
- meer voldoening uit uw werk te halen
- uw ambities te verwezenlijken.

## Inhoud

In de training Persoonlijke effectiviteit stelt u heldere, reële, maar vooral haalbare doelen. Organisatorische doelen, maar belangrijker nog, persoonlijke doelen. Deze doelen zijn belangrijk om te komen tot resultaat. U leert uw eigen kwaliteiten gericht in te zetten op het bereiken van deze doelstellingen.

Reframe gaat actief met u op zoek naar vragen als: wie ben ik?, wat kan ik?, wat wil ik in de toekomst?, wat voor keuzes maak ik en waarom?

Aan de hand van een online denkstijlanalyse (Metaprofiel analyse®) brengen wij uw ontwikkelpunten in kaart. De persoonlijke leerdoelen die hieruit voortvloeien vormen de basis voor het opstellen van een Persoonlijk Ontwikkel Plan (POP).

Onderwerpen die tijdens de training Persoonlijke effectiviteit aan bod komen:

- opstellen van een POP aan de hand van MPA
- opstellen van een persoonlijk reflectielogboek
- de invloed van overtuigingen op ons gedrag
- persoonlijk vs. professioneel werken
- reflectiemodel Korthagen
- van probleem naar uitdaging
- interne/externe klant en grondhouding
- effectief communiceren
- persoonlijke handvatten voor de toekomst / implementatievraagstukken.

De open inschrijving omvat 4 contactdagen met een doorlooptijd van 2 maanden, studiebelasting: 1 uur per week. Een in-company maatwerk training kan in onderling overleg anders worden ingedeeld.

## Voor wie

De training is bedoeld voor iedereen die gericht sturing wil geven aan zijn/haar eigen functioneren.

## Werkwijze

Voor aanvang van de training Persoonlijke effectiviteit maakt u online een denkstijlanalyse. Deze zogenaamde Metaprofiel analyse® (MPA) maakt inzichtelijk en begrijpelijk waarom u soms vastloopt en op andere tijden juist goed presteert. Het bespreken van de resultaten werkt inzichtgevend en levert vrijwel automatisch ideeën op voor uw persoonlijke leerdoelen.

Bij aanvang van de training worden 'buddy's' gevormd en krijgt u een persoonlijk logboek uitgereikt. Samen met een andere deelnemer werkt u aan elkaars persoonlijke leerdoelen waarbij feedback geven/ontvangen en reflecteren belangrijke onderdelen zijn.

De training Persoonlijke effectiviteit kenmerkt zich door een praktijkgerichte, doelgerichte en afwisselende opzet. Deze bestaat uit individuele en groepsopdrachten en (praktijkgerichte) theorie.

Tussen de contactdagen door voert u, in uw organisatie, enkele (korte) opdrachten uit waarop u reflecteert in uw persoonlijk logboek. Uw buddy geeft u feedback. Desgewenst geeft Reframe individuele coaching / coaching on the job.

Een trainingsgroep bestaat uit minimaal 8 en maximaal 10 deelnemers.

**Tarief**

Voor een vrijblijvende offerte voor een maatwerk training Persoonlijke effectiviteit neemt u [contact](#) op met Reframe.

