

## Persoonlijk Leiderschap

In de cursus Persoonlijk Leiderschap ga je op reis naar meer zelfinzicht en persoonlijke groei. We beginnen met het verbeteren van je communicatie, waar je leert hoe je je eigen stijl kunt herkennen en afstemmen op die van anderen. Je ontdekt ook hoe je effectief kunt luisteren en communiceren in verschillende situaties. Op de tweede dag duiken we dieper in je eigen gedragspatronen en leer je hoe je deze kunt doorbreken. We besteden aandacht aan zelfbewustzijn en emotionele intelligentie, zodat je beter kunt omgaan met je eigen emoties en die van anderen. Daarnaast leer je hoe je constructieve feedback kunt geven en ontvangen, en hoe je verantwoordelijkheid kunt nemen voor je eigen acties. De derde dag staat in het teken van het vormgeven van jouw toekomst. Je leert hoe je een heldere visie kunt ontwikkelen en SMART-doelen kunt stellen. We bespreken hoe je verwachtingen kunt managen in gesprekken en het verschil tussen perfectionisme en excellentie. We sluiten de dag af met het maken van een persoonlijk actieplan dat je helpt om je doelen te bereiken en je persoonlijke ontwikkeling te bevorderen. Deze cursus biedt een veilige en ondersteunende omgeving waarin je kunt groeien en jezelf beter kunt leren kennen, zowel persoonlijk als professioneel.

## Programma

- Dag 1: Verbeter je communicatie met anderen
  - Introductie tot Persoonlijk Leiderschap
  - Belang van persoonlijk leiderschap in professionele en persoonlijke contexten
- Introductie in Communicatiestijlen
- Wat is je eigen stijl?
  - Welke stijlen zijn er?
- Hoe Sluit je aan bij de stijl van de Ander?
  - Technieken voor effectieve communicatie
  - Actief luisteren en empathie tonen
- Praktisch toepassen van de verschillende stijlen
  - Rollenspellen en praktijkoefeningen
  - Feedback en groepsdiscussie
- Dag 2: Ontdek je patronen en hoe ze te doorbreken
- Zelfbewustzijn
  - Inzicht in eigen sterke en zwakke punten: Begrijpen waar je goed in bent en waar je nog aan moet werken.
  - Emotionele intelligentie: Het vermogen om je eigen emoties en die van anderen te herkennen en te beheren.
- Inzicht in eigen gedrag en patronen
  - Identificeren van gedragspatronen
  - Reflectie en zelfevaluatie
- Feedback geven en ontvangen
  - Constructieve feedbacktechnieken



3 dagen

€ 1725,-excl BTW

ma 3, di 4 en ma 17 feb.

Inschrijven

di 4, wo 5 en di 18 mrt.

Inschrijven

do 24 apr., vr 25 apr. en vr 9 mei

Inschrijven

[Meer actuele data](#)

- Oefeningen in feedback geven en ontvangen
- Verantwoordelijkheid en eigenaarschap
  - Verantwoordelijkheid nemen: eigen verantwoordelijkheid nemen voor je acties en keuzes.
  - Proactieve houding: zelf initiatief nemen in plaats van af te wachten.
- Dag 3: Geef vorm aan jouw nieuwe toekomst
- Visie en Doelen
  - Duidelijke visie: Weten wat je wilt bereiken in je leven en carrière.
  - SMART-doelen stellen: Specifieke, meetbare, haalbare, relevante en tijdgebonden doelen formuleren.
- Verwachtingen managen in gesprekken
  - Het managen van verwachtingen
  - Effectieve communicatie in moeilijke gesprekken
- Zelfdiscipline
  - Consistentie: volharding en toewijding tonen in het nastreven van je doelen.
  - Tijdmanagement: effectief omgaan met je tijd en prioriteiten stellen.
- Persoonlijke ontwikkeling
  - Levenslang leren: continu streven naar verbetering en nieuwe vaardigheden aanleren.
  - Reflectie: regelmatig reflecteren op je ervaringen en leren van je fouten.
- Maken van persoonlijk actieplan

- Identificeren van je drijfveren
- Stappenplan voor persoonlijke groei en ontwikkeling
- Afsluiting en terugblik
  - Overzicht van de belangrijkste leerpunten
  - Vragen en antwoorden
  - Certificaatuitreiking

## Doelgroep

- Deze training is bedoeld voor iedereen die zichzelf beter wil leren kennen en zijn of haar leiderschapsvaardigheden wil ontwikkelen. De doelgroep omvat:
  - Leidinggevenden en managers die verantwoordelijk zijn voor het aansturen van teams en die hun persoonlijke leiderschapsstijl willen versterken.
  - Medewerkers op alle niveaus die hun zelfbewustzijn en emotionele intelligentie willen vergroten om effectiever te zijn in hun werk en persoonlijke leven.
  - Mensen die een eigen bedrijf runnen en die hun persoonlijke groei willen bevorderen om hun onderneming beter te kunnen leiden.
  - Medewerkers in Human Resources die betrokken zijn bij de ontwikkeling en ondersteuning van medewerkers en die zelfbewustzijn en persoonlijk leiderschap willen integreren in hun werk.
  - Iedereen die op zoek is naar meer zelfinzicht, balans en persoonlijke groei, ongeacht hun professionele achtergrond.

Kortom, deze training is geschikt voor iedereen die bereid is te investeren in zichzelf en die de vaardigheden wil ontwikkelen om zowel persoonlijk als professioneel te groeien.

## Lesmethodiek

In de training wisselen we af tussen concreet ervaren, experimenteren met gedrag en technieken, reflecteren en theorie verkennen. Hiermee sluit het trainingsprogramma goed aan op alle type deelnemers. Er zit veel actie in de training, zodat je daadwerkelijk ervaart wat het effect is van nieuw gedrag. Dit maakt de herkenning van succes mogelijk. Daarnaast benadrukken we dat iedereen verantwoordelijk is voor zijn of haar eigen groeiproces en hier het eigenaarschap over moet nemen. In onze training nodigen wij je uit om continue te reflecteren en verbanden te leggen met de praktijk. Ons streven is het inzicht te vergroten en jou zelf de vertaalslag te laten maken. Dit zal de kans op werkelijke gedragsverandering vergroten.



## Voorkennis

Er is geen voorkennis vereist voor deze training.

## Maatwerk

De cursusomschrijving hierboven geeft je een goede indicatie van hoe de training eruit zal komen te zien. Toch kan de inhoud iets verschillen per training, afhankelijk van de voorkennis, praktijkervaring en leerdoelen van de deelnemers. In individuele intakegesprekken voorafgaand aan de training worden de leerdoelen van de deelnemers geïnventariseerd. Op basis daarvan wordt het definitieve programma van de training bepaald.

## Certificaat

Na afronding van de training wordt een Learnit-certificaat uitgereikt als bewijs van deelname.

## Lesvorm

Klassikaal

## Referenties

Evert Meurs, Marosel B.V. - "Door deze training ben ik bewust geworden van mijn kunnen en waar ik toe in staat ben. Ik durf nu veel meer vanuit mijn eigen kracht te werken en ik voel dat mijn zelfvertrouwen is vergroot. Ook mijn assertiviteit is, doordat ik veel goede tips en oefeningen heb gekregen, vergroot. Ik durf nu meer te zeggen wat ik wil en laat minder over mij heen lopen." - Beoordeling: 8.8 [Meer referenties...](#)

