

## Persoonlijke Effectiviteit

Welke van uw eigenschappen zorgen ervoor, dat u bovengemiddeld succesvol bent ?  
Bereikt u uw doelen doordat u meer dan gemiddeld handelt vanuit een bewuste keuze ?

En welke denkwijze bepaalt dan uw doeltreffend handelen ?

In hoeverre heeft uw perceptie invloed op uw effectiviteit, en in hoeverre spelen persoonlijke gedragsvoorkeuren een rol ?

De training Persoonlijke Effectiviteit is een interactieve en praktijkgerichte training waarin alle aspecten aan de orde komen die van belang zijn om de persoonlijke effectiviteit van de deelnemers op een hoger niveau te brengen.

### Doelgroep:

De training is bestemd voor een ieder die zijn invloed op doelstellingen, op andere mensen en op omstandigheden wil vergroten.

### Doelstelling:

Het vergroten van de effectiviteit van de deelnemers door zelfreflectie, het optimaal gebruik leren maken van persoonlijke kwaliteiten en het inzichtelijk maken van persoonlijke blokkades.

### Onze aanpak:

Als vertrekpunt voor de training wordt de persoonlijke profielanalyse Insights Discovery door ons als instrument ingezet met de volgende doelstellingen:

- Inzicht in eigen kwaliteiten en blokkades
- Inzicht in anderen
- Inzicht in effectieve communicatiestrategieën

Na het volgen van de training persoonlijke Effectiviteit heeft de deelnemer onder andere antwoord op de volgende vragen:

- Wat wil ik bereiken ?
- Wat houdt mij tegen ?
- Wat is mijn persoonlijke stijl van werken ?
- Ben ik gelukkig met mijn leef en werkomstandigheden ?
- Hoe word ik meer zelfsturend ?
- Hoe verbeter ik mijn persoonlijke presentatie ?
- Hoe kan ik beter omgaan met (werk)druk ?
- Hoe kan ik door mijn gedrag mijn invloed op mensen en omstandigheden vergroten ?

### Duur van de training:

2 dagen van 09.00 - 17.00 uur met een intervalperiode van 4 weken.

Een Insights Discovery persoonlijke profiel analyse maakt standaard onderdeel uit van deze training. Meer informatie met betrekking tot dit instrument vindt u onder de **button Persoonlijke Profiel Analyse**

## Inhoudsoverzicht training Persoonlijke Effectiviteit

### De persoon:

- Inzicht in zichzelf
- Inzicht in kwaliteiten
- Inzichtelijk maken van blockades
- Het formuleren van concrete doelstellingen
- Het stellen van prioriteiten
- Besluitvorming en opvolging
- Waarde voor het team
- Blinde vlekken
- Suggesties voor ontwikkeling

### De ander:

- Inzicht in gedragstijlen van anderen
- Interactie met andere gedragstijlen
- Innemen en vasthouden van standpunten
- Verbeteren van persoonlijke presentatie
- Non-verbale communicatie
- Effectieve communicatie
- Barrières voor effectieve communicatie

### Omgevingsfactoren:

- Alert reageren op uiteenlopende situaties
- Omgaan met veranderingen
- Omgaan met werkdruk
- Invloed naar boven
- Van reactief naar proactief

### Praktische handvatten en technieken:

- Inzicht in wetmatigheden van het menselijk gedrag
- Wetmatigheden van gesprekstechnieken
- Communicatie- en onderhandelingstechnieken
- Presentatietechnieken
- Effectief tijdbeheer
- Persoonlijk actieplan

## **Trainingen - Uw succes is ons doel!**

Ingenua verzorgt open trainingen en incompany trajecten.

### **Wanneer wordt vaak gekozen voor een open training ?**

- \* Als het gaat om één of enkele deelnemers;
- \* Als deelnemers aan de training niet gelijktijdig gemist kunnen worden;
- \* Als er reeds medewerkers zijn getraind en anderen daarbij dienen aan te sluiten;
- \* Als de opdrachtgever of deelnemer het belangrijk vindt dat de hij of zij kan spiegelen met deelnemers uit andere vakgebieden;
- \* Als het geografisch moeilijk is medewerkers naar één plaats te laten komen.

Wij leggen de nadruk op het geven van inzicht aan de deelnemers ten aanzien van hun instelling, overtuigingen, denkstrategie en het daaruit volgende gedrag. De deelnemer wordt zich bewust hoe hij of zij overkomt en krijgt de methodieken en vaardigheden aangereikt hoe deze wijze van overkomen effectief te beïnvloeden. Ingenua helpt deelnemers zich zodanig te ontwikkelen, dat zij zowel intern als extern krachtiger en professioneler overkomen.

Een werkelijke gedragsverandering vereist persoonlijke, praktische inzet. De bewust geplande intervallen tussen de verschillende trainingdagen bieden de deelnemers de gelegenheid de verkregen kennis en opgedane inzichten direct in de praktijk toe te passen en zich intensief met zichzelf bezig te houden.

Juist een goede relatie tussen theorie en praktijk en een consequente controle van wat er is bereikt geeft de zekerheid de te overwinnen uitdagingen die nu en in de toekomst op het pad van u en uw medewerkers komen met vertrouwen tegemoet te kunnen zien. [www.ingenua.nl](http://www.ingenua.nl)