

## Persoonlijke Effectiviteit

3 DAGEN

*De meeste werknemers zitten vol goede en constructieve plannen, maar hebben vaak het gevoel dat ze te weinig realiseren. Heeft u weleens het gevoel dat uw talenten beter tot hun recht kunnen komen in uw werk? Dat u meer grip zou willen hebben op situaties die anders lopen dan u wenst? Hiervoor is het belangrijk om zicht te krijgen op uw eigen gedrag. Kennis van uw eigen gedrag en het effect hiervan op anderen vormen een stevige basis. U werkt aan het formuleren van uw doelen en krijgt inzicht in de belemmeringen die u ervaart bij het optimaal benutten van uw kwaliteiten. U leert succesvoller te zijn door uw persoonlijke en sociale vaardigheden optimaal te hanteren.*



### Resultaat

- U kunt doelen stellen die van belang zijn voor uzelf en uw organisatie
- U bent zich bewust van de sterke en zwakke punten van uw eigen werkstijl
- U leert de effecten van uw gedrag op uzelf en uw omgeving waar te nemen
- U verbetert uw communicatieve en sociale vaardigheden
- U beschikt over concrete methoden en technieken om uw tijd optimaal aan te wenden en beter in te delen
- U stelt een persoonlijk actieplan op

### Doelgroep

Iedereen die zijn of haar persoonlijk functioneren wil verbeteren.

### Studiewijze

Voorafgaand aan de training vindt een intake plaats. Deze geschiedt schriftelijk. Hierin worden uw leerdoelen in kaart gebracht. Het groepsproces, de opdrachten en de persoonlijke feedback tijdens de training geven veel inzicht in uw gedragsstijlen en de effecten hiervan op anderen. U oefent individueel en in kleine groepen met persoonlijke en sociale vaardigheden, waarbij u eigen cases kunt inbrengen.

### Duur, data en plaatsen

3 dagen. De training wordt verzorgd in Amsterdam, Utrecht, Rotterdam, Den Haag, Eindhoven, Den Bosch en Zwolle.

Training: wo 15 jun – do 16 jun – do 23 jun 2011

Training: wo 7 sep – do 8 sep – do 15 sep 2011

Training: wo 5 okt – do 6 okt – do 13 okt 2011

Training: wo 16 nov – do 17 nov – do 24 nov 2011

Training: wo 25 jan – do 26 jan – do 2 feb 2012

Training: wo 7 mrt – do 8 mrt – do 15 mrt 2012

Training: wo 23 mei – do 24 mei – do 31 mei 2012

Training: wo 13 jun – do 14 jun – do 21 jun 2012

Maximale groepsgrootte: 12 personen

### Investering

€ 1.295

Dit bedrag is excl. € 37,50 per dag voor het dagarrangement.

De totale investering is excl. btw.

### Programma

- Persoonlijke doelen stellen
- Zelfanalyse: persoonlijke kwaliteiten en valkuilen
- Inzicht in eigen gedrag en handelen
- Communicatieve en sociale vaardigheden
- Omgaan met weerstand van uzelf en anderen
- Assertiviteit met respect voor anderen
- Effectief time management
- Verstandig omgaan met stress
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan

### Vervoltraining

Persoonlijk Leiderschap

### Advies en inschrijving

Voor uw vragen staan onze adviseurs u graag uitgebreid en deskundig te woord. Telefoonnummer 030 – 29 19 888. Het inschrijfformulier vindt u achter in de brochure of op internet ([www.icm.nl](http://www.icm.nl)).

Deze training biedt ICM ook In Company aan.