Effectief omgaan met veranderingen

In deze training leer je met een positieve, open en nieuwsgierige houding op nieuwe situaties te reageren en te anticiperen. Je ontdekt hoe je weerbaarder wordt, relativeert en oude situaties loslaat.



Werk jij in een dynamische en soms onvoorspelbare werkomgeving? Wil je leren om adequaat te reageren op veranderingen, je aan te passen aan nieuwe omstandigheden en effectief te blijven presteren?En wil je inzicht krijgen in wat veranderingen bij jou losmaken en hoe je hier het beste mee omgaat? Veranderende situaties, zoals digitalisering, een reorganisatie of wijzigingen in de manier van werken, kunnen een groot beroep doen op onze veerkracht. In deze praktijkgerichte training ontdek je wat jij nodig hebt om succesvol mee te gaan in verandertrajecten. Je leert met een positieve, open en nieuwsgierige houding op nieuwe situaties te reageren en te anticiperen.

Kenmerken

Studieduur	2 weken
Investering	€ 1.395,-
Aantal locaties	11

Unieke voordelen

- ✓ Je onderscheidt je als professional met deze 21e eeuwse vaardigheid
- ✓ Kleine groepen met volop aandacht voor jouw persoonlijke behoeften
- ✓ Een persoonlijk actieplan zorgt voor een blijvende gedragsverandering

Resultaat

- ✓ Je hebt kennis van de psychologische aspecten van veranderen
- ✓ Je toetst je gedachten op feiten en meningen
- ✓ Je ervaart het effect van positieve gedachten op je gedrag
- ✓ Je weet wat jij nodig hebt om succesvol mee te gaan in verandertrajecten
- ✓ Je wendbaarheid en flexibiliteit nemen toe
- ✓ Je vergroot je veranderkracht

Doelgroep

De training is bedoeld voor de professional die veerkrachtig wil meebewegen in een veranderende wereld.

Programma

Dag 1: Psychologie van verandering

- De context van veranderingen
- Wat doet verandering met jou en wat gebeurt er in je brein?
- Het omzetten van negatieve gedachten naar positieve gedachten
- Verander je overtuigingen
- Verificatie van meningen en feiten

Dag 2: Effectieve reacties op veranderingen

- Inzicht in jouw valkuilen, patronen en kwaliteiten tijdens veranderingen
- Inzetten van bewust en effectief gedrag tijdens veranderingen
- Waar heb jij wel en geen invloed op?
- Jouw volgende stap: concreet ontwikkelplan op basis van de veranderdriehoek

Studiewijze

Intake

Voorafgaand aan de training vul je een schriftelijk intakeformulier in waarin je een aantal vragen beantwoordt gericht op jouw persoonlijke situatie. Deze vragen helpen je om jouw ontwikkeldoel helder te omschrijven en maken het voor de trainer helder wat de leerwensen van de groep zijn.

Ervaren trainer

Een ervaren trainer begeleidt de klassikale bijeenkomsten waarbij jouw leerbehoefte centraal staat.

Persoonlijke aandacht

De trainer geeft persoonlijke aandacht en stelt de vraagstukken van jou en je medecursisten centraal. Daarnaast wissel je onderling ervaringen uit waardoor je van en met elkaar leert. Samen kom je tot handvatten toegespitst op jouw situatie.

Blended learning

Bij ICM geloven we in blended leren, waarbij online leren het klassikaal leren versterkt. Doordat je vooraf kennis opdoet blijft er tijdens een klassikale bijeenkomst meer tijd over om te leren van elkaar. Na de training houd je één jaar toegang tot de rijke online leeromgeving ter verdieping en naslagwerk.

Groepsgrootte

De maximale groepsgrootte van 12 deelnemers draagt bij aan een veilige sfeer en biedt veel ruimte om ervaringen uit te wisselen en waardevolle discussies te voeren.

ICM-certificaat

Na afronding van de gehele training ontvangt je het ICM-certificaat.

Plaats & data

De training is van 9:30 tot 17:00 uur en omvat twee bijeenkomsten. In totaal duurt de training twee weken.

De training wordt verzorgd in Amsterdam, Arnhem, Breda, Den Bosch, Den Haag, Eindhoven, Groningen, Online Virtual Classroom, Rotterdam, Utrecht en Zwolle.

dec 2026	do 03-12	do 17-12
mrt 2027	di 16-03	di 30-03
jun 2027	wo 02-06	wo 16-06
sep 2027	di 14-09	di 28-09
dec 2027	wo 01-12	wo 15-12
mrt 2028	di 21-03	di 04-04

Investering

De investering bedraagt € 1.395,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

Meer informatie

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

Meer informatie

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Studiewijze Virtual Classroom

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt deze studiewijze.

Incompany

Deze cursus biedt ICM ook incompany aan, voor maatwerk in jouw organisatie.

Advies

Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/effectief-omgaan-met-veranderingen/

Of bel 030 – 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.