Young Professional Ontwikkelprogramma

Leer jezelf beter kennen, neem met meer overtuiging initiatief en bouw aan een toekomst die bij je past



Je eerste werkjaren zitten vol mogelijkheden. Misschien wel iets te veel. Hoe kies je een richting als er nog zoveel te ontdekken valt? En hoeveel kansen gaan ongemerkt voorbij terwijl je op duidelijkheid wacht? Dit ontwikkelprogramma brengt je in beweging. Je onderzoekt wat je wilt en wat je te bieden hebt en ontdekt hoe je steviger je plek inneemt binnen je organisatie. Ook leer je hoe je je ambities uitspreekt, met meer overtuiging initiatief neemt en anderen meekrijgt in je ideeën. Na afloop zie je jouw toekomst een stuk beter voor je en zoek je bewust in je werk naar ervaringen en uitdagingen die je verder brengen.

Kenmerken

Studieduur	4 maanden
Investering	€ 3.650,-
Aantal locaties	5

Unieke voordelen

- ✓ Je ontwikkelt je samen met young professionals die voor vergelijkbare keuzes en uitdagingen staan
- ✓ Je onderzoekt, probeert uit en past nieuwe inzichten direct toe in je dagelijkse werk
- ✓ Je legt een stevige basis waar je ook in de rest van je loopbaan op voortbouwt

Resultaat

- ✓ Je zet je kwaliteiten bewuster en doelgerichter in je werk in
- ✓ Je spreekt je uit over je ideeën, wensen en ambities
- ✓ Je neemt een duidelijkere positie in binnen je team, waardoor anderen beter weten wat ze aan je hebben
- ✓ Je krijgt anderen mee in je ideeën, ook zonder dat je een formele positie bekleedt
- ✓ Je neemt vaker zelf initiatief en verantwoordelijkheid
- ✓ Je bespreekt met je leidinggevende wat je nodig hebt om verder te groeien
- ✓ Je kiest welke rol en ontwikkeling de komende jaren bij je passen
- ✓ Je vertaalt je ambities naar concrete keuzes om te leren en te groeien

Doelgroep

Voor hbo- en wo-opgeleide professionals met 1 tot 5 jaar werkervaring die nog aan het ontdekken zijn hoe ze hun ambitie en verdere loopbaan willen vormgeven.

Programma

Het programma bestaat uit zes trainingsdagen, verdeeld over vier modules. Naast de bijeenkomsten leer je via de online leeromgeving en werk je met praktijkopdrachten aan je ontwikkeling binnen je eigen organisatie.

Module 1 – Ontdek wat jou drijft en wie je bent in je werk

Dag 1 en 2

- Je kwaliteiten, persoonlijke waarden en ontwikkelbehoeften
- Je zelfbeeld en de invloed van eerdere ervaringen op je gedrag
- Je eigen patronen herkennen en begrijpen
- Verschillende perspectieven en hun invloed op communicatie

Module 2 – Jezelf laten zien, ook als het spannend wordt

Dag 3

- Bewust communiceren en handelen vanuit wat jij belangrijk vindt
- Je reacties en gedrag onder druk
- Omgaan met weerstand en lastige situaties
- Je grenzen aangeven en ruimte innemen
- Ervaren hoe je kwaliteiten en valkuilen zichtbaar worden tijdens bokscoaching
- Tijdens bokscoaching ervaren hoe je lijf en hoofd samen werken in communicatie en hoe je daar bewuster mee om kunt gaan

Module 3 – Zelf aan het roer

Dag 4 en 5 | Deze dagen zijn aaneengesloten

- Je energie, motivatie en persoonlijk zelfmanagement
- Keuzes maken en verantwoordelijkheid nemen
- Belemmerende gewoonten doorbreken en je sterke kanten benutten
- Je ideeën overtuigend overbrengen en anderen daarin meekrijgen
- Doelen stellen en daar werk van maken

Module 4 – Wat wil je de komende jaren waarmaken?

Dag 6

- Je persoonlijke ambities en ontwikkelwensen
- Werkplezier en wat jou energie geeft
- Je persoonlijke ontwikkelplan voor de komende jaren
- Collega's en andere betrokkenen inschakelen om je plannen te realiseren

Studiewijze

Leren door te doen

Tijdens de bijeenkomsten ga je aan de slag met oefeningen die je laten ervaren hoe je reageert, communiceert en keuzes maakt. Je ontdekt wat je gedrag bij anderen oproept en probeert uit wat je anders kunt aanpakken. Theorie komt aan bod waar die helpt om je ervaringen beter te begrijpen.

De groep als spiegel

Je leert minstens zoveel van je mededeelnemers als van de oefeningen zelf. Door samen te werken, ervaringen uit te wisselen en op elkaar te reageren, ontdek je hoe anderen jou ervaren. Ook merk je hoe verschillend mensen naar dezelfde situatie kunnen kijken. Dat levert verrassende inzichten op over je eigen gedrag en communicatie.

Bokscoaching

Op de derde trainingsdag ga je aan de slag met bokscoaching, begeleid door een professionele externe partner. Tijdens fysieke oefeningen ervaar je hoe je reageert onder druk, omgaat met weerstand en je grenzen aangeeft. Je merkt direct wat je gedrag bij de ander oproept en ontdekt welke reacties je helpen of juist in de weg zitten.

Praktijkopdrachten

Ook buiten de trainingsdagen ga je op onderzoek uit. Met opdrachten thuis en op je werk onderzoek je je gewoonten, probeer je ander gedrag uit en ontdek je wat voor jou werkt. Je gebruikt je eigen werksituaties om het geleerde meteen in praktijk te brengen.

Online leeromgeving

In de online leeromgeving vind je opdrachten en materialen waarmee je de bijeenkomsten voorbereidt en tussen de trainingsdagen door verder leert. Ook na afloop van het programma houd je nog een jaar toegang. Zo kun je oefeningen opnieuw oppakken, inzichten teruglezen en verder werken aan je ontwikkeling wanneer je in je werk voor nieuwe uitdagingen staat.

Plaats & data

Dit programma bestaat uit 6 bijeenkomsten van 09.30 tot 17.00 uur, verspreid over 4 maanden.

De training wordt verzorgd in Amsterdam, Den Bosch, Den Haag, Groningen en Utrecht.

mei 2027	di 04-05	di 01-06	di 29-06	di 27-07	wo 28-07	di 07-09
sep 2027	do 09-09	do 07-10	do 04-11	do 02-12	vr 03-12	do 23-12
nov 2027	di 16-11	di 14-12	di 11-01	di 08-02	wo 09-02	di 07-03
feb 2028	do 03-02	do 09-03	do 06-04	do 11-05	vr 12-05	do 08-06
mei 2028	di 23-05	di 20-06	di 18-07	di 05-09	wo 06-09	di 03-10

Investering

De investering bedraagt € 3.650,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement.

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.

Advies

Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/young-professional-ontwikkelprogramma/

Of bel 030 – 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.