

> Kracht en zichtbaarheid

WERKEN VANUIT EIGEN ENERGIE



Bronnen van energie

Een vitale werknemer in balans is een werknemer die zijn eigen bronnen van energie kan aanboren, verdelen, beheersen en herstellen. Een werknemer die zichtbaar durft te zijn op zijn of haar eigen krachtige wijze. Maar dat is in de praktijk niet altijd even makkelijk. Soms zijn we het zelfvertrouwen even kwijt en is het prettig om via een scholing naar je eigen patronen te kijken die er in de loop van de jaren zijn ingesleten. Je leert meer in je kracht te komen, zichtbaar te zijn op je eigen wijze en jezelf te managen. Kortom, werken vanuit je eigen basis en energie waardoor je met meer plezier je werk kunt doen.

Wat leer je in dit leertraject?

In dit leertraject gaan we op zoek naar jouw unieke hulpbronnen, zodat je voortaan kunt putten uit je eigen intrinsieke waarde en kracht. Je leert opnieuw de juiste energie aan te spreken en in te zetten, waardoor je kunt laten zien wie je bent en waar je voor staat in je werk. Het is een intensief en rijk proces.

Na afloop van het leertraject:

- Heb je een beter inzicht in je eigen energie en hulpbronnen.
- Weet je deze te herkennen, te accepteren en in je werk in te zetten.
- Kun je in jouw werksituatie meer vanuit balans en energie werken.
- Weet je hoe je op je eigen wijze zichtbaar kunt zijn.
- Weet je hoe je jezelf beter kunt managen.

Opbouw van het leertraject

Het leertraject bestaat uit een telefonische intake en drie inhoudelijke blokken van twee aaneengesloten dagen. Elk blok kent een hoofddaccent en verschillende thema's.

Blok 1: In je kracht staan

- Assertiviteit
- Non verbale communicatie
- Grenzen stellen
- Mentale overtuigingen
- Belemmeringen en hulpbronnen

Blok 2: Zichtbaarheid

- Karakterstructuren en zichtbaarheid
- Krachtig profileren op eigen wijze!
- Succes met zichtbaarheid
- Presenteren en pitchen
- Energie en lichaamstaal

Blok 3: Me-management

- Persoonlijke ambitie
- Stress & efficiëntie
- Kwadrant van Eisenhower
- Cirkel van invloed
- Getting Things Done

Voor wie is dit leertraject?

Het leertraject is bedoeld voor professionals (projectleiders, adviseurs) uit zowel de zakelijke als publieke sector die meer inzicht willen krijgen in zijn/haar functioneren en daardoor krachtiger en zichtbaarder in hun werk willen staan.

Kosten training	€ 3.950,- inclusief overnachting en catering (BTW vrijgesteld)
Aantal deelnemers	8 – 14
Data	op aanvraag
Locatie	Trainingscentrum midden van het land
Sluiting aanmelding	23 december 2016

Trainers

Het leertraject wordt gegeven door Monique Hampsink en Jaap de Graaf.

Monique werkt als coach en opleider bij Huis voor Beweging en is auteur van de boeken "Beweging in je brein" en "Goed geselecteerd". Zij heeft de gave om mensen te raken en in contact te brengen met hun innerlijke drijfveren. Als geen ander weet zij een veilige sfeer te creëren waarin je laat zien wie je echt bent en wat je wilt veranderen.

Jaap werkt bij Zanskar Training & Consultancy en wordt als trainer en interim-manager ingezet bij tal van maatschappelijke organisaties. Hij heeft het vermogen om mensen op bezielende wijze uit te nodigen tot reflectie en actie en houdt daarbij oog voor de toepassing in de praktijk.

Jaap en Monique zijn beide opgeleid aan het Instituut voor Toegepaste, Integrale Psychologie (ITIP) en hebben ieder diverse leergangen gevolgd (Phoenix Opleidingen, Systemisch werken in organisaties, SIOO en Energetische leergangen)

Het belangrijkste is hun rijke ervaring in het werken met mensen op identiteitsniveau en hun liefde voor het wakker maken van verborgen krachten.



Jaap de Graaf



Monique Hampsink

Essentie van Zanskar Trainingen

Alle trainingen van Zanskar kennen dezelfde energetische aanpak

Trainers kennen de praktijk We hebben meer dan 30 jaar ervaring met mens & organisatie en weten in welke context deelnemers werken.

Resultaten die beklijven Het geleerde is direct toepasbaar in de praktijk. Goed voor jou en goed voor je werkgever!

Interactieve werkvormen Met beweging en creatieve invalshoeken wordt het leerproces optimaal begeleid.

De methodeloze methode In plaats van ingewikkelde theorieën en modellen, zetten we praktijkervaringen centraal.

ZanskaR
Training & Consultancy