



# HarteWerk

Studiegids/studieplan

*'Persoonlijke effectiviteit op de werkvloer'*



## **Inleiding/doel**

De training 'Persoonlijke Effectiviteit op de werkvloer' is een groeps- of individuele training voor mensen/medewerkers met een ontwikkelingsvraag, en/of die hun duurzame inzetbaarheid willen optimaliseren en die bereid zijn te reflecteren op eigen belemmerende thema's en patronen.

Tijdens deze training verdiep je je in onbewuste dynamieken in jezelf, leer je deze te doorzien en te doorbreken, waardoor er ruimte komt voor talenten en kwaliteiten, effectief werkgedrag en werkplezier.

## **Achtergrondfilosofie**

Wij werken tijdens deze training vanuit de Zijnsoriëntatie en volgens de filosofie van Bert Hellinger, een van de grondleggers van systemisch werk.

Hellinger ziet een organisatie als een levend geheel, met een historie, met doelen en bedoelingen, met kwaliteiten en uitdagingen, maar ook met onbewuste dynamieken en belemmerende patronen. Dit geldt tevens voor haar medewerkers. Door deze onbewuste dynamieken en geconditioneerde patronen te onderzoeken, te doorzien en te doorbreken kunnen talenten en kwaliteiten tot bloei komen, ontstaat er ruimte voor authenticiteit en persoonlijke effectiviteit.

## **Doelgroep**

Deze training is bedoeld voor medewerkers -op alle lagen in de organisatie- die op een diepere laag willen leren kijken naar zichzelf, die talenten en kwaliteiten tot bloei willen laten komen, die samenwerking willen verbeteren, ziekteverzuim willen voorkomen of duurzaam willen herstellen, die hun productiviteit willen verbeteren, die duurzaam inzetbaar willen zijn en hun werkplezier willen vergroten.

## **Groepsgrootte**

Deze training is zowel in groepsverband als individueel te volgen.

Groep: Minimaal 4 maximaal 8 personen.

## **Vorm:** Contact.

Het betreft 6 trainingsdagen of 10 individuele trainingssessies.

## **Inhoud:** Optimaliseren van het persoonlijke functioneren.

- Reflecteren op eigen gedrag en voorliggende thema's
- Inzicht krijgen in triggers en valkuilen.
- Doorbreken van patronen.
- Herkennen van grenzen.
- Vanuit transparantie en openheid leren communiceren.
- Beter leren omgaan met feedback.
- Verantwoordelijkheid nemen voor jezelf en je positie.
- Ontwikkelen van een professionele houding.

**Na de training:**

- Heb je zicht op je eigen triggers, patronen en gedrag.
- Is er meer ruimte voor talenten, kwaliteiten en authenticiteit.
- Ben je in staat op jezelf en anderen te reflecteren.
- Herken je je grenzen en ben je beter in staat deze aan te geven.
- Ben je beter in staat eigen verantwoordelijkheid te nemen.
- Ben je beter in staat vanuit openheid en transparantie te communiceren
- Heb je een professionele houding t.o.v. jouw positie ontwikkelt.
- Ervaar je meer werkplezier.
- Is jouw duurzame inzetbaarheid vergroot.

**Niveau van de training**

Het niveau waarop de training gegeven wordt is mbo/mbo+.

Bij het volgen van een individueel traject wordt afgestemd op het niveau van de deelnemer.

**Toelating**

Er is geen vooropleiding of specifieke werkervaring vereist.

**Trainingsdata**

Groep: zie website

Individueel: in onderling overleg

**Trainingsduur**

Elke lesdag start om 09.30 uur en eindigt rond 16.30 uur.

Individueel: 1,25 uur per sessie.

**Studiebelasting**

Van de deelnemers wordt verwacht dat zij 2 à 4 uur in de week aan huiswerk besteden. Dit huiswerk bestaat uit het maken van korte verslagen en het doen van praktijkoefeningen.

**Examens**

Deelnemers ontvangen na afloop van de training een certificaat van deelname.

**Examenstof**

n.v.t.

**Examenkosten**

n.v.t.

**Boekenlijst**

n.v.t.

## **Kosten**

De kosten voor deze training bedragen € 1750,00. Dit is inclusief verblijfskosten (koffie, thee, water, lekkers en lunch) en exclusief btw.

Voor de individuele training wordt een offerte op maat gemaakt.

Facturering vindt als volgt plaats: € 100,00 bij inschrijving en € 1650,00 bij aanvang van de training. Particuliere deelnemers kunnen -indien gewenst- per maand betalen. De facturen dienen binnen 14 dagen na factuurdatum te worden voldaan t.n.v. HarteWerk op rekeningnummer NL03 ABNA 0629 7655 37.

## **Bedenktijd**

Na aanmelding heb je een bedenktijd van 14 dagen. Binnen deze tijd kan je je aanmelding tegen administratiekosten van € 50,- annuleren.

## **Tussentijds stoppen**

Als voortijdig wordt gestopt met de opleiding worden de teveel betaalde kosten onder aftrek van € 50,00 administratiekosten binnen 14 dagen teruggestort.

Je krijgt altijd een uittakegesprek aangeboden.

## **Trainer(s)/begeleiders**

Jacobine Brenkman is de hoofdtrainer van deze opleiding. Zij verzorgt de contacturen. Daarnaast zijn er diverse co-trainers die bij HarteWerk de groepstrainingen- en cursussen mee verzorgen. Bij ziekte of overmacht van de hoofdtrainer wordt een vervangende datum vastgesteld.

## **Begeleiding buiten contacturen**

Als je buiten de contacturen om vragen hebt of vastloopt mag je altijd appen, bellen of mailen met Jacobine Brenkman. Gegevens: [info@hartewerk.nu](mailto:info@hartewerk.nu) , 06-51198465. Je krijgt binnen 24 uur een reactie.

## **Kwaliteit van onze opleidingen**

HarteWerk vindt het belangrijk dat cursussen en opleidingen van goede kwaliteit zijn en doet er alles aan deze kwaliteit op niveau te houden en waar nodig te verbeteren.

- Onze opleidingen, trainingen en cursussen zijn ingediend bij het CRKBO (Centraal register Korte Beroepsopleidingen) ter accreditatie. Iedere 4 jaar vindt er een nieuwe toetsing plaats.).
- De docenten/trainers hebben periodiek supervisie en intervisie.
- Deelnemers krijgen eenmaal per module/opleiding/training een

evaluatieformulier waarop zij kunnen aangeven hoe zij de behandelde stof, de manier van lesgeven/werken, de docenten/trainers en de administratieve afhandeling rondom de opleiding ervaren. Deze evaluatie kan anoniem worden ingevuld.

- HarteWerk neemt de feedback ter harte ter verbetering van de opleiding.

### **Privacy-beginsel**

De docenten/trainers zullen integer omgaan met de persoonlijke processen van de deelnemers en met casussen die door de deelnemers worden ingebracht. Alle informatie die door deelnemers verstrekt wordt is vertrouwelijk voor ons als opleidingsinstituut, onze medewerkers en docenten/trainers. Zie hiervoor ook ons privacy-statement op onze website <https://hartewerk.nu/privacyverklaring/>.

### **Klachten**

HarteWerk kent een klachtenprocedure. Deze tref je aan op onze website <https://hartewerk.nu/klachten/>