



Zelfmanagement voor Young Professionals

Doel

Young Professionals zijn zowel maatschappelijk als voor organisaties onze toekomst! De hieruit voortvloeiende verwachting en prestatiedruk van organisaties en maatschappij is voelbaar voor Young Professionals. Ook al ben je als Young Professional gedreven en gemotiveerd om alles uit het werk te halen, toch ervaar je al toenemende druk en werkstress. Dit programma wil jou als Young Professional versterken om de uitdagingen aan te kunnen die de organisatie en de maatschappij vandaag én in de toekomst aan je stelt.

Resultaat:

- Inzicht in je persoonlijke manier van werken en inzicht in werking van organisaties
- Omgaan met werkdruk/stress en verbetering van timemanagement
- Effectieve communicatie en inzet van persoonlijke profilering en presentatie
- Krachtig in doelgericht samenwerken en het tonen van persoonlijk leiderschap

Inhoud

-Zelfmanagement voor de Young Professional- is een ontwikkelprogramma met de volgende bouwstenen:

- **Workshops:** de volgende onderwerpen passeren hierbij de revue: persoonlijke effectiviteit, organisatie sensitiviteit, werkdruk en stresshantering, timemanagement, communiceren, profileren en presenteren, resultaatgericht samenwerken en persoonlijk leiderschap.
- **Coachingsgesprekken:** waarin individuele leerdoelstellingen aan bod komen.
- **'Huiswerkopdrachten':** na elke workshop en coaching krijgen deelnemers opdrachten mee.
- **E-learning:** het programma kan ondersteund worden door onze online training programma's.
- **Buddyschap:** binnen de groep worden buddies gevormd die elkaar tijdens en vooral na het programma ondersteunen bij het verder oppakken van hun persoonlijk actieplan .
- **Terugkoppeling naar het management:** op het einde van het programma vindt er terugkoppeling plaats aan het management van de bevindingen tijdens het programma en vindt er advisering plaats hoe verder te gaan.

Structuur

In het programma -Zelfmanagement voor de Young Professional- worden workshops en persoonlijke coaching afgewisseld, verspreid over 4-6 maanden. Dit in overleg met de opdrachtgever. Daarnaast kan het programma ondersteund worden door e-learning en intervisie.

Deze training wordt bij voorkeur op maat voor een organisatie ontwikkeld en uitgevoerd. Daarnaast bieden we ook een open inschrijvingsvorm aan (hier maken we een selectie van onderwerpen).

Doelgroep

Voor alle kantoor- en kenniswerkers van 20-35 jaar.