



Ad Aarts Training Persoonlijke Effectiviteit

Als je beter uit de verf wilt komen in je werk

Je doet je werk prima !

Door diverse vakgerichte trainingen en opleidingen heb je jezelf goed ontwikkeld. Je behaalt je resultaten naar tevredenheid.

En toch heb je het gevoel dat er meer uit te halen valt.

Dan kom je bij jezelf terecht

Uiteindelijk ben jij zelf steeds de laatste schakel naar resultaat en succes. Je weet van jezelf waar je in je gedrag tekort schiet. Waar je van tijd tot tijd soms zelfs hinderlijk tegenaan loopt. In je beoordelingsgesprek is het benoemd.

In welke punten herken jij jezelf ?

- Ik vind het soms lastig om anderen duidelijk te maken wat ik wil.
- Ik merk dat wat ik zeg vaak heel anders overkomt dan wat ik eigenlijk bedoel.
- Bij hoge werkdruk reageer ik vaak niet-effectief, geïrriteerd en bot. Ik bereik daardoor minder snel mijn doel.
- Doordat ik mij in bepaalde vergaderingen onzeker voel kom ik daarin onvoldoende uit de verf.
- Ik heb vaak onvoldoende in de gaten wat het effect van mijn gedrag is op anderen.
- Ik hoor vaak dat ik in overleg te weinig ruimte geef aan andere collega's en te drammerig overkom.
- Ik vind het soms moeilijk om anderen enthousiast te krijgen voor mijn ideeën.
- Ik houd vaak van tevoren al teveel rekening met wat anderen mogelijk van mij zullen vinden.



Ad Aarts Training Persoonlijke Effectiviteit

- Ik heb het gevoel dat er weinig rekening met mij wordt gehouden.
- Als ik me gespannen voel doe ik uiteindelijk niet datgene wat ik had willen doen of had moeten doen.
- Ik moet leren nee-zeggen en mijn grenzen beter leren aangeven.
- Ik laat mij soms veel te snel door anderen overtuigen.
- Mijn manager verwacht van mij dat in me in overlegsituaties nadrukkelijker profileer.
- Ik merk in vergaderingen dat ik door mijn gedrag soms onnodige irritatie oproep.
- Mijn rolverandering van specialist naar leidinggever vereist van mij ander gedrag. Ik schiet hierin nog tekort.
- Ik heb vaak te laat in de gaten waar en hoe het spel in mijn werk uiteindelijk gespeeld wordt.

Training Persoonlijke Effectiviteit

In deze training leer je :

- duidelijk te communiceren (zowel verbaal als non-verbaal)
- je zelfvertrouwen te vergroten
- het effect van je eigen gedrag op anderen te herkennen en (bij) te sturen
- beter uit de verf te komen bij presentaties en overleg
- effectief samen te werken met anderen, zonder daarbij je eigen doelen en belangen uit het oog te verliezen
- voorkomen van persoonlijke spanning en stress
- je eigen grenzen te bepalen en deze te bewaken
- effectief te blijven bij hoge werkdruk
- keuzes te maken
- je psychologisch inzicht in je eigen gedrag en dat van anderen te vergroten

met als resultaat :

dat je zichtbaar beter in staat bent om, zowel voor je werkgever als voor jezelf, doelen te realiseren en resultaten te bereiken.....
op een manier die bij jou past !



Ad Aarts Training Persoonlijke Effectiviteit

Individueel voorgesprek (intake)

De training wordt altijd voorafgegaan door een individueel voorgesprek. In dit gesprek wordt de inhoud en opzet van de training besproken en kun je kijken of deze voldoende aansluit bij jouw persoonlijke leerdoelen / verbeterpunten.

Dit gesprek is oriënterend, gratis en zonder verdere verplichtingen!

Individuele coaching

Om het leereffect te versterken bestaat in de periodes tussen de trainingssessies de mogelijkheid voor individuele coaching.

Dit kan soms een wezenlijke bijdrage leveren aan het uiteindelijke resultaat van de training.

Deze coachingsmogelijkheid is onderdeel van het totale leertraject en wordt dus niet apart in rekening gebracht.

Praktische info

- open inschrijving
- duur: 3 x 2 dagen + follow-up dag
- groepsgrootte: 10 à 12 personen
- kosten: € 2.375,- (excl. verblijfskosten, vrijgesteld van BTW)

De training wordt altijd door Ad Aarts zelf gegeven!

Ad Aarts

Ad Aarts (1950) is als psycholoog, trainer en personal coach gespecialiseerd in het verstevigen van het persoonlijk functioneren van mensen in hun werkomgeving.

Hij is één van de pioniers op het gebied van Persoonlijke Effectiviteit Training in Nederland.

Sinds 1977 maken duizenden mensen gebruik van zijn handvatten en



Ad Aarts Training Persoonlijke Effectiviteit

adviezen om de effectiviteit van hun gedrag in zowel hun werk als hun privéleven te vergroten.

Ad Aarts biedt in zijn TrainingsPraktijk meerdere keren per jaar de mogelijkheid om zijn Training Persoonlijke Effectiviteit te volgen.

Afspraak / Aanmelden

Voor een afspraak met Ad Aarts of het aanmelden voor de training :
mail: info@adaarts.nl

Of kijk op: www.training-persoonlijke-effectiviteit.nl

