



2-daagse
workshop

Vitaal en klaar voor de toekomst

met
vitaliteitsscan

Bent u 45 jaar en ouder en wilt u de regie houden op uw loopbaan en met werkgeluk en vitaliteit bijdragen aan de organisatiedoelen? Schrijf u dan in voor deze 2-daagse workshop!

Resultaat

U krijgt inzicht in uw persoonlijke ambities, uw werkvermogen en welke ontwikkeling u zal ondersteunen bij het werken met plezier. Door de inzet van uw ervaring en talent draagt u optimaal bij aan de doelstelling van de organisatie.

U maakt een plan van aanpak voor de komende jaren, zodat u zelf de regie in uw loopbaan kunt nemen en houden.

Vitaal en klaar voor de toekomst

Programma

Voorafgaand aan de workshop maakt u een online vragenlijst, de vitaliteitsscan. Uw huidig en toekomstig werkvermogen, uw werkplezier, balans in uw leven, leefstijl, ambities en perspectief voor de toekomst worden gescand. U krijgt de onderzoeksresultaten in de vorm van een helder, praktisch en inzichtelijk individueel rapport.

Dag 1

Start van de workshop is een kennismaking met de terugkoppeling en uitleg van de vitaliteitsscan, waarmee u uw vitaliteit en elementen van werkgeluk in kaart heeft gebracht. Ook is zichtbaar op welke aspecten uw persoonlijke ambities samenvallen met uw werk en waar deze uiteenlopen. U bepaalt uw persoonlijke doelstellingen en gaat aan de slag met praktische opdrachten en oefeningen, afgewisseld met theoretische onderdelen. U krijgt helder wat heeft bijgedragen aan uw succes tot op heden en welke talenten mogelijk onbenut blijven. We sluiten af met het bespreken van de huiswerkopdracht voor dag 2.

Dag 2

Aan de hand van de huiswerkopdracht en de persoonlijke doelstellingen vervolgen we de workshop.

- Wat is mijn perspectief en ambitie voor de toekomst?
- Welke stappen zet ik om gezond te blijven presteren?
- Wat wordt van mij gevraagd in de toekomst en wat heb ik nodig om dat waar te maken?

Om dit duidelijk te krijgen, behandelen we wederom op een afwisselende manier onderwerpen als persoonlijk leiderschap, jobcraften, personal branding en het vijf-fasen-carrière model.

Werkwijze

We werken plenair en in subgroepen. Tussendoor bent u in de gelegenheid om uw persoonlijke reflectie en inzichten in uw syllabus te noteren. Tussen de twee workshopdagen zit een tijdsspanne van 2 à 3 weken, waarin u werkt aan een huiswerkopdracht. De groepen bestaan uit minimaal zes en maximaal twaalf personen. De workshop wordt gegeven door de vitale ☺ en ervaren coach en procesbegeleider, Esther van der Aa (1964)

Praktisch

Wij kunnen de workshop "Vitaal en klaar voor de toekomst" voor u en uw collega's organiseren op een in overleg gekozen locatie. U kunt zich ook individueel inschrijven op basis van open inschrijving. Voor meer informatie en trainingsdata kunt u contact opnemen met:

Esther van der Aa
T 06-42 24 76 19
E esther@consensa.nl



Esther van der Aa
Coach & Procesbegeleider

Persoonlijk
leiderschap,
focus, vitaliteit
& werkgeluk