

OPDRACHT VOOR JOUW PERSOONLIJKE ONTWIKKELING

Krijg scherp waar je nu staat en waar je heen wilt.

REFLECTIE

Door onderstaande vragen te beantwoorden kun je goed bepalen of jij sterk je eigen koers vaart. Voor de vragen die jij moeilijk vindt om te beantwoorden, bieden wij op de volgende pagina tools en tips. Ook handig om te lezen als je wel wat ondersteuning kunt gebruiken op bepaalde thema's.

1 Ambitie

1. Hoe ziet jouw baan er over 3 tot 5 jaar uit?

1. Waar kom jij 's morgens je bed voor uit? Wat motiveert jou in je werk?

1. Waar zou jij meer tijd aan willen besteden in jouw leven?

1. Wat is jouw droom?

3 Belemmeringen

Als je iets in jouw eigen gedrag zou mogen veranderen, wat zou dat zijn? En waarom?

Wat zijn de twee belangrijkste redenen dat je niet doet wat je eigenlijk zou willen doen?

Welk gedrag laat jij zien als het spannend wordt? Zit dat je in de weg en zo ja, hoe?

<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>

2 Talent

1. Waar krijg jij vaak complimenten over?

2. In welke situaties / opdrachten / projecten ben jij op je best en waarom?

3. Wat zijn jouw belangrijkste talenten?

4. Wat doe jij om deze talenten verder te ontwikkelen?

4 Werkcontext

1. Wat in jouw werk geeft jou een energieboost? Hoe kun je dit vaker inzetten?

2. Wat in jouw werk is een energievreter? Hoe ga je daarmee om?

3. Wat voor omgeving is het meest geschikt voor jou om jouw ambities te verwezenlijken?

4. Hoe maak jij aan jouw omgeving duidelijk wat jouw wensen en ambities zijn?

5. Wanneer kom jij tot de beste ideeën?

6 Waarden

1. Denk eens terug aan een succesmoment uit jouw leven. Waarom was dit moment voor jou belangrijk? Wat heb jij nodig om 'in de flow te raken'?

2. Welke karaktereigenschap van mensen zit in jouw allergiezone? Wat zegt dit over jou?

3. Welke waarden zijn voor jou belangrijk?

5 Effectief gedrag

1. Wat is de eerste stap op weg naar jouw ambitie? En wie kan jou daarbij helpen?

2. Hoe zorg je ervoor dat je in de waan van de dag koers blijft houden, op weg naar jouw ambitie?

3. Wat doet jou weer opstaan als je onderuit gaat?

4. Niets zo verleidelijk als routine. Wat kun jij ondernemen om daar niet in te schieten als je je doel wilt bereiken?

7 Leiderschap

1. Welke talenten zet jij als leidinggevende vaak in?

2. Waar ligt jouw uitdaging als leidinggevende?

3. Waarop zou jij je verder willen ontwikkelen?

↖ Extra vragen voor leidinggevend

TOOLS & TIPS VOOR JOUW PERSOONLIJKE ONTWIKKELING

REFLECTIE

Afhankelijk van hoe moeilijk jij het vond om bepaalde vragen op de vorige pagina te beantwoorden, bieden wij jou tips om op zoek te gaan naar de antwoorden. Ook als je met bepaalde thema's aan de slag wil gaan. Wij bieden een breed assortiment aan opleidingen, leervormen en coaching en kunnen daarmee iedereen ondersteunen in zijn of haar ontwikkeling. Laat je inspireren door deze tips en door alle informatie die deze uitgave te bieden heeft.

Krijg scherp waar je nu staat en waar je heen wilt.

Ambitie

- Wil je meer inzicht, volg dan de online opleiding met e-coaching "Wat is mijn passie?". Meer weten? sn.nl/nhmp
- Schouten & Nelissen beschikt over een grote coachpool, allemaal met eigen expertises. Ze kunnen jou helpen inzicht te krijgen in zaken waar jij energie van krijgt. Wat is er nodig om jouw doelen waar te maken? Bekijk al onze mogelijkheden op het gebied van Persoonlijke coaching op sn.nl/coaching.
- Een scherp zicht op jouw ambitie is een belangrijke start om de juiste keuzes te maken waarop jij je verder wilt ontwikkelen. Ons Adviesteam is getraind in het stellen van de juiste vragen om een helder te krijgen waar jouw ontwikkelbehoefte ligt. Bel voor een vrijblijvend adviesgesprek naar +31 (0)418 688666.
- Wil je aan de slag met je persoonlijke ontwikkeling? Dan is zelfcoaching misschien iets voor jou. Wij hebben via onze uitgeverij THEMA speciaal voor dit onderwerp geselecteerde boeken. Leer positiever en daadkrachtiger te worden. Leer echt te gaan voor jouw doel. Met titels zoals "Denk wat je wilt, doe wat je droomt" en "Lopen doe je zelf" doe je veel inspiratie op.

Talent

- Je bent niet helemaal zeker over je huidige baan, in between jobs of je wilt een bewuste keuze maken die past bij jouw waarden, talenten en ambities. Je voelt dat je wilt veranderen, maar je weet niet hoe. Kortom, je bent nieuwsgierig naar je waarden, talenten en ambities en je wilt deze optimaal gebruiken om met meer energie te werken en te leven. Meer resultaat met meer plezier en meer vrijheid. Laat je vrijblijvend adviseren door ons Adviesteam door te bellen naar +31 (0)418 688666.
- Volg de eendaagse opleiding "Passie, Energie en Prestatie" en krijg meer inzicht in je eigen kracht, talent en energiebronnen. Meer weten? Kijk op sn.nl/pepr.

Waarden

- Jouw waarden bepalen voor een belangrijk deel hoe jij tegen mensen en situaties aankijkt. Inzicht in deze waarden maakt dat jij hierop bewust kunt sturen.
- Onze coaches kunnen jou helpen met een scherp zicht op jouw waarden. Zodat jij leeft volgens jouw waarden en je waarden jou richting geven. Bel met +31 (0)418 688666 voor advies.

Belemmeringen

- Een van de belangrijkste belemmeringen die mensen ervaren is een goede balans tussen werk en privé. Schouten & Nelissen heeft een breed scala aan opleidingen om effectiever met je energie en tijd om te kunnen gaan. In deze uitgave kun je een overzicht vinden, maar je kunt ook kijken op sn.nl/vitaal
- Een van de grootste uitdagingen van deze tijd is om rust te creëren in zowel je werk als in je privésituatie. Mindfulness helpt je daarbij.
- Is een grote belemmering dat je niet doorpakt in wat je daadwerkelijk wilt? Kijk dan eens of de opleiding "Persoonlijk ondernemerschap" iets is voor jou. Hier leer je een duidelijke koers uit te zetten met haalbare doelen.
- Vind je het lastig om jouw verhaal goed over de Bühne te brengen? Is presenteren niet jouw sterkste kant? Volg dan een opleiding presentatieskills.
- Wil je graag eens klankborden met een professional over welke opleiding jij kunt volgen om belemmeringen die je ervaart aan te pakken? Neem dan contact op met ons Adviesteam. Zij kunnen als geen ander jouw ontwikkelvraag scherp krijgen en een passende oplossing bieden.
- In de opleiding "Rationeler denken, effectiever functioneren" ga je aan de slag om belemmerende denkpatronen te overwinnen.



GOUD

THEMA.NL | 27,50

Potentieelontwikkeling door te focussen op dat wat goed gaat, en dat verder uit te bouwen.

Anje-Marijke van Boxtel, Aveline Dijkman



DE WEG NAAR EXCELLENT LEIDERSCHAP

THEMA.NL | 29,95

Ontdek hoe je het beste uit je team haalt.

Anja Hilgers, Charlotte Staats

Effectief gedrag

- Het beïnvloeden van je eigen gedrag is niet eenvoudig: je diepste overtuigingen, gevoelens en gewoontes zijn vaak sterker dan je wens om het anders te doen. En voordat je het weet doe je wat je altijd deed, en krijg je weer wat je altijd kreeg. Lees het boek "Begin bij jezelf". Dit boek helpt je de tijd even stil te zetten voordat jezelf handelt.
- Wellicht ben je wel heel doelgericht, maar ontbreekt het je aan creativiteit en innovatie. Ook dat kun je leren. Dit komt aan bod in de opleiding "Creatief denken".
- Wil jij effectiever zijn in jouw werk of een nog effectievere rol in projecten vervullen? Dan zijn onze opleidingen projecten en processen wellicht iets voor jou. In deze uitgave vind je een compleet overzicht van deze opleidingen en vanzelfsprekend kun je deze ook vinden op sn.nl

Werkcontext

- Als het een uitdaging voor je is om jouw omgeving duidelijk te maken wat jouw wensen en ambities zijn, is wellicht een assertiviteitsopleiding een goede optie.

Leiderschap

- Je kunt jouw mensen pas goed coachen als je zelf heel goed weet wie jij bent. Veel leidinggevendenden maken op enig moment in hun carrière dan ook gebruik van een coach. Schouten & Nelissen heeft een breed netwerk van coaches. Samen met ons Adviesteam kun je bepalen welke coach bij jou past.
- Wil je werken aan jouw vaardigheden als coach? Wil je jouw leidinggevende stijl meer aanpassen aan een zelfsturend team? Wij hebben een breed assortiment met opleidingen waarmee jij je coachingskwaliteiten kunt verbeteren of opfrissen. Ga naar sn.nl/coaching voor meer informatie.
- Leiderschap is continu in verandering en daarom ook de opleidingen die wij op dit terrein verzorgen. Laat je inspireren op sn.nl/leiderschapstraining

Laat je inspireren door onze tips.

