

MIND BUGS, MIND HUGS

**TE LIEF
GAAN
WAT WE
VREZEN**

*The***Headroom**



DIT PROGRAMMA DRAAGT BIJ AAN JOUW PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

Je bent ambitieus, je wilt je verder ontwikkelen en stappen zetten in je persoonlijk leiderschap. Natuurlijk weet je dat je hiervoor je talenten en competenties voortdurend moet ontwikkelen. Maar het echte werk zit in hoe je kijkt en wat je voelt (de beruchte stemmetjes in je hoofd) en hoe je hiermee omgaat.

Het programma "Mind bugs, Mind hugs" daagt jou uit en draagt bij aan jouw persoonlijk leiderschap. Dit programma vraagt naast humor een dosis lef, moed, daadkracht en discipline. Je gaat graag de uitdaging aan, wilt inspireren en geïnspireerd worden. Je wilt jezelf beter leren kennen en relativieren, je 'range' in je gedrag en je impact als leider vergroten. Ben je daartoe bereid? Dan verheugen wij ons jou in ons programma te verwelkomen.

Wat levert het jou op?

- Dealen met de stemmetjes in je hoofd: van mind bugs naar mind hugs.
- Denken in mogelijkheden en dus niet in belemmeringen.
- 'Het spel' spelen door het toepassen van macht en onmacht.
- Vergroten van je mentale weerbaarheid.
- Lef, moed en discipline om je verantwoordelijkheid te nemen.
- De keuze maken om jezelf te positioneren en daarmee te profileren.
- Flexibiliteit in het omgaan met dilemma's bij jezelf en in de organisatie.
- Elke module specifieke, persoonlijke acties.

Programma

1 masterclass verdeeld over 6 modules in 6 maanden, tussendoor 3 individuele coachingsgesprekken van 1 uur. Elke masterclass heeft een tijdsbestek van 1 dag en eindigt met een 'jump'. Gedurende het programma zijn er veel mogelijkheden voor intervisie en leren van elkaar. Let wel, de titels en/of inhoud van de modules kunnen wijzigen gedurende het ontwikkelprogramma. Methodes die we o.a. gebruiken zijn: Me+U inclusief 360° assessment: Wat is jouw impact (3 jaar lang feedback kunnen vragen en je ontwikkeling zien) en De 7 ondeugden.

Doelgroep

Vrouwen die de uitdaging met zichzelf (en ons) willen aangaan, zonder dat jij je eigen belemmering bent om jezelf verder te ontwikkelen. Na de intake wordt de groep samengesteld (afhankelijk van bedrijf, doelstelling, leeftijd etc.) en wordt dit gecommuniceerd.

Locatie

Midden Nederland.

TheHeadroom



**FEEL THE FEAR
FACE IT
PLAY THE GAME
DO IT ANYWAY**

PROGRAMMA

INTAKE & ASSESSMENT

- Persoonlijke doelstellingen & ambitie

MASTERCLASS MODULE 1

Mind bugs, Mind hugs

- Waarden & Normen
- Belemmerende en versterkende overtuigingen

MASTERCLASS MODULE 2

Leiden of Lijden?

- Mentale weerbaarheid
- Persoonlijk Leiderschap

MASTERCLASS MODULE 3

Lef of laf

- Politiek & Kracht
- Macht & Onmacht

MASTERCLASS MODULE 4

Dansen met dilemma's

- Persoonlijke en organisatie dilemma's - Wederzijdse winst

MASTERCLASS MODULE 5

Confirmeren, Confronteren, Rebelleren

- Geldende systemen en Organisatie cultuur
- Profileren en positioneren

MASTERCLASS MODULE 6

You did it! And perhaps you also failed, so what?

- Uitdagingen en successen
- Voortgang en versnelling

1 MASTERCLASS, 6 MODULES IN 6 MAANDEN OM JE PERSOONLIJK LEIDERSCHAP TE ONTDEKKEN, ONTWIKKELEN EN ONTPLOOIEN

1

MIND BUGS, MIND HUGS

- Persoonlijke waarden, normen & overtuigingen
- Waar helpen ze? Waar vormen ze een belemmering?
- Hoe verhouden mijn waarden zich t.o.v. die van mijn organisatie?
- Belemmerende en verstekende overtuigingen

2

LEIDEN OF LIJDEN?

- 360° assessment en leiderschapsstijlen
- Mijn drijfveren en mijn impact
- Mentale weerbaarheid
- Waar zeur jij altijd over?

3

LEF OF LAF

- Wat is kantoropolitiek?
- Hoe dit spel te spelen zodat jij er beter van wordt?
- Wat is jouw politieke arena
- Gebruiken van macht en onmacht

4

DANSEN MET DILEMMA'S

- Jouw dilemma's, organisatie-dilemma's
- Hoe deal je daarmee? Welke afwegingen maak je?
- My way, het compromis, wederzijdse winst

5

CONFIRMEREN, CONFRONTEREN, REBELLEREN

- Organisatieculturen - ontwikkeling & verandering
- Systeemdenken
- Jezelf profileren en positioneren
- Playing big

6

YOU DID IT! AND PERHAPS YOU ALSO FAILED, SO WHAT?

- Voortgang
- Successen
- Uitdagingen
- Do it again!

WIJ DAGEN JE UIT

Yvonne van Oosten heeft het programma 'Mind bugs, Mind hugs' ontwikkeld vanuit de overtuiging dat we vooral onszelf vaak het meeste tegenwerken. Wij geloven dat het potentieel in eenieder pas echt benut wordt als we leren omgaan met onze eigen emoties, angsten, irritaties én kwaliteiten en onze passie en energie volledig richten op dat wat we willen bereiken.

Yvonne van Oosten
Managing Director, The Headroom

Feel the fear and do it anyway! Met ruim 25 jaar ervaring weet ik dat veranderingsprocessen vaak niet makkelijk zijn. Dat juist datgene dat telt vaak niet te (ver)tellen is maar veel meer wat je voelt bij contact, in gesprek, in de stiltes. Jouw inzicht geven in wat je denkt, voelt en wat de impact is van je gedrag dat hieruit voortvloeit is mijn uitdaging. Om je vervolgens te motiveren meer uit jezelf te halen en dan vooral op het punt waar jij nu stopt. Durf jij de uitdaging met jezelf aan te gaan? In confrontatie en het laten gaan? Dan denk ik dat we elkaar binnenkort spreken.

+31 6 28 68 26 55

yvonne@theheadroom.nl

Maya Noordam
Eigenaar, Oppepper

Ik zie al jaren veel vrouwen die ontzettend veel potentie hebben, maar die zichzelf echt in de weg zitten als het gaat om hun eigen ontwikkeling en het najagen van hun ambities. Ze houden bijvoorbeeld zichzelf klein of krijgen maar niet voldoende grip op hun team. Inzicht in waar dit vandaan komt, bewustwording van je gedrag en de confrontatie aangaan met jezelf zijn hierin cruciale eerste stappen. Jij bent namelijk de enige die dit kan veranderen. Als je daarna bewust ander gedrag gaat vertonen wanneer het nodig is én het spel beter leert spelen, zie je iedere keer weer zo'n verschil in gevoel en resultaat. Voor jezelf en voor de mensen om je heen. Ik vind het fantastisch om daaraan bij te dragen met dit programma. Let's go!

+31 6 18 02 08 76

maya@oppepper.nl

Ontdek **Ballen!** Dé podcast over krachtig vrouwelijk leiderschap.

TheHeadroom

MIND BUGS  MIND HUGS

