

De 5 Loopbaan workshops

Wilt u nog meer betekenen voor uw werknemers? Dat kan! ZorgZijn Werkt biedt workshops aan die bijdragen tot loopbaan ontwikkeling.

De ambitie: *Een flexibele en fitte medewerker voor nu en in de toekomst.*

We willen er in de sector Zorg en Welzijn voor zorgen dat medewerkers nog beter aan hun loopbaan kunnen werken. Werkgeluk is een van de speerpunten.

We vragen immers van onze medewerkers dat zij alert zijn op de veranderingen binnen en buiten de werkomgeving, en hierop in kunnen spelen.

De uitdaging: *Medewerker neemt meer regie over het eigen werk (autonome medewerker).*

Om bovenstaande uitdaging te bereiken bieden we kosteloos vijf workshops aan. Dit zullen twee workshops van een uur in een dagdeel zijn. De workshops zullen gehouden worden bij een door uw beschikbaar gestelde locatie. Per workshop is er plaats voor minimaal 12 en maximaal 15 deelnemers.

1 Workshop Veranderen

Veranderen en veranderingen, grote en kleine, nauwelijks opvallende en zeer ingrijpende: we kennen het allemaal. De samenleving verandert, organisaties veranderen, mensen veranderen, werk verandert. Ontlopen kan niet.

De ene persoon vindt veranderingen heerlijk en uitdagend, voor een ander is het een bron van stress. Verandering is geen toestand, het is een proces en het blijft in beweging.

In deze workshop houden we ons bezig met het thema Veranderen. Met wat het met jou doet en hoe jij met jouw stijl van persoonlijk leiderschap invloed kan uitoefenen om op jouw manier meer te bewegen.

Wil jij ontdekken hoe lenig je al bent als het gaat om veranderingen? Wil je tips over wat je zou kunnen ontwikkelen? Kom dan naar deze workshop.

2 Workshop Compassie

If your compassion does not include yourself, it is incomplete – Buddha

Waarschijnlijk ken je compassie vanuit jouw betrokkenheid bij anderen en behoefte om het voor die ander makkelijker te maken.

Tegelijkertijd is het van belang ook aan jezelf te denken; om de spreekwoordelijke deur van compassie niet alleen naar buiten te openen maar ook naar binnen.

In deze workshop maak je kennis met de basis van compassie en door enkele korte hartmeditaties te doen, leer je de hartkwaliteiten kennen. Zodat je meer aandacht krijgt voor je eigen hart. Dit heb je nodig om voor een ander te zorgen.

Compassie beoefening begint bij jezelf, maar wat houdt het precies in? Wil je dit weten? Kom dan naar deze workshop.

3 Workshop Kwaliteit

Als je een aantal kwaliteiten van jezelf zou opnoemen, waar baseer je jouw keuze dan op? Ervaring misschien? Of feedback die je gekregen hebt?

In deze workshop mag jij je laten inspireren om buiten de gebruikelijke bronnen om jouw inzicht in de voor jou kenmerkende kwaliteiten te vergroten.

Je wordt verrast door de kwaliteiten die jij zelf het meest waardevol vindt en krijgt ook een beeld van de kwaliteiten die je onbewust laat zien. Wil je hierdoor verrast worden? Kom dan naar deze workshop.

4 Workshop Deepak Chopra

When mind, body and spirit are in harmony, happiness is the natural result.

Hoe zorg je dat je niet vast blijft zitten in je gedachten?

Als je veel zorgen hebt, kun je geneigd zijn krampachtig te denken, omdat je ervan overtuigd bent dat je brein de oplossing moet brengen. Met als resultaat: dat je hoofd begint te tolleren, of nog erger dat je lijf je in de steek laat. Terwijl juist dan lichaam en geest moeten samenwerken.

Maar hoe doe jij dat, ruimte scheppen in je gedachten en je lijf?

In deze workshop maak jij kennis met hoe je uit je hoofd naar je lichaam kunt zakken. Leer jij tools te gebruiken om de energie bij jezelf te houden zodat je tijdens je werk niet te veel energie verliest en uitgeblust thuiskomt. Wil je deze tools leren? Kom dan naar deze workshop.

5 Workshop Moodboard

We zijn het bijna niet meer gewend, anders denken dan in woorden of tekst. Terwijl plaatjes veel meer het onbewuste aanspreekt.. Een moodboard kan je een visueel inzicht geven en je richting duidelijk maken. Door een bepaalde sfeer te creëren weet je uiteindelijk steeds beter wat je wilt en waar je onbewuste naar toe wilt werken.

De linkerhersen helft staat voor:

Logica, Weloverwogen, Rationeel, Methodisch, Geschreven taal, Numerieke vaardigheden, Beredeneerd, Wetenschappelijk, Pro-actief, Verbale intelligentie, Intellectueel en Analytisch.

De rechterhersen helft staat voor:

Intuïtief, Allesomvattend, Gevoelsmatig, Innerlijk bewustzijn, Creativiteit, Inzicht, Ruimtelijk, inzicht, Verbeelding, Muziek, kunst, Praktische intelligentie, Zintuiglijk en Geheel overziend.

Tijdens de workshop ga jij een moodboard maken over je werk en wie jij bent in je werk. Vanuit een persoonlijk moodboard kun je daarna de vertaling maken naar je werk. Wil je een moodboard maken? Kom dan naar deze workshop.