



MASTER CLASS OMGAAN MET ONZEKERHEID

Bijzondere tijden vragen om bijzondere initiatieven. Corona zorgt ervoor dat we bijzondere tijden meemaken en gelukkig zien we de bijzondere initiatieven op allerlei niveaus naar boven komen.

Vanuit het Instituut voor Career & Development (IC&D) dragen we daaraan graag een bescheiden steentje bij door een Master Class Omgaan met Onzekerheid aan te bieden.

Een Master Class rondom verschillende aspecten die met onzekerheid te maken hebben en waarvan je je meer of minder bewust zult zijn. Een Master Class ook die rond deze aspecten je kennis en inzichten oprfrist en die je praktische tips aanbiedt waarmee het gemakkelijker wordt om de onzekerheid te hanteren. En proactief te lijf te gaan.

Doelgroep

De Master Class is bestemd voor iedereen die het in toenemende mate lastig vindt om de onzekerheid die met corona gepaard gaat, te hanteren, die zich bewuster wil worden van technieken om met die onzekerheid om te gaan en die behoefte heeft aan onzekerheidsreductie.

De Master Class wordt op post HBO-niveau verzorgd. Je voorbereiding bestaat uit het invullen van een korte vragenlijst waarin je onder meer je leerwensen kunt aangeven en een eigen lastige praktijksituatie.

Inhoud in grote lijnen

De doelstelling van deze Master Class is neergelegd in de onderstaande Tien Opbrengsten die je na afloop kunt hanteren als een breder en dieper gevulde gereedschapskist met praktische instrumenten. De Master Class zal dan ook toewerken naar een persoonlijk actieplan, waarin je afspraken met jezelf maakt over het gebruik van die instrumenten.

Master Class Omgaan met Onzekerheid: Tien Opbrengsten

Na afloop van de Master Class ben je beter in staat om:

1. vervolgstappen te zetten in je eigen proces van onzekerheidsreductie
2. los te laten waar je geen invloed op hebt
3. energievreters te bestrijden met energiegevers
4. je eigen irrationele denkpatronen om te buigen
5. stressfactoren te herkennen, te beheersen en te voorkomen
6. je drijfveren te mobiliseren
7. positief gedrag te ontwikkelen
8. veerkrachtig te blijven in tijden van onrust
9. activisme om te buigen in oplossingsgerichtheid
10. een specifieke situatie die voor jou moeilijk is, te analyseren en te hanteren

De globale inhoud van de Master Class:

- Introductie doelstellingen, programma en werkwijze
- Kennismaking en resultaten voorbereiding
- Het afleren van ineffectief gedrag: hoe doe je dat?
- Het aanleren van effectief gedrag: hoe doe je dat?
- De Tien Opbrengsten nader beschouwd
- Lastige praktijksituaties
- Evaluatie, persoonlijk actieplan en hoe nu verder?



Individueel coachingsgesprek

Je rondt je Master Class af met de aanzet tot een persoonlijk actieplan. Met dit plan ga je na afloop van je Master Class aan de slag. Het vormt ook de basis voor een individueel coachingsgesprek van een uur via Microsoft Teams. Daarin breng je onder meer met je coach in kaart hoe je in de dagelijkse praktijk met je actieplan bent omgegaan en waar je nog tegenaan loopt.

Werkwijze

De Master Class en het coachingsgesprek hebben een praktisch karakter, zijn 70-20-10-proof en worden begeleid door Titus Spitzen die over meer dan 25 jaar ervaring beschikt, als leidinggevende, als ondernemer en als trainer/coach. Zijn curriculum vitae en nadere informatie over 70-20-10-proof vind je op www.ic-d.nl.

Praktische informatie

De Master Class Omgaan met Onzekerheid vindt plaats op donderdag 19 november van 13.30 uur tot 17.00 uur in de regio 's-Hertogenbosch; het coachingsgesprek plannen we in overleg.

Op donderdagmiddag 10 december vindt een online versie van deze Master Class plaats. De ervaring leert dat het online leerrendement van zo'n Master Class minder is. Mocht je toch aan de sessie op 10 december de voorkeur geven, wil je dat dan op je aanmeldingsformulier (zie hieronder) vermelden?

Aan een Master Class nemen -mede vanwege corona- maximaal vijf personen deel, terwijl het ook mogelijk is om het programma in-company te verzorgen. Het programma is corona-proof doordat het de protocollen volgt van de Nederlandse Raad voor Training en Opleiding.

Investering

Deelname aan deze Master Class betekent per persoon een investering van € 275,=, exclusief BTW. In dit bedrag zijn alle kosten inbegrepen, waaronder die van het coachingsgesprek en van een documentatiemap.

Inschrijving en inlichtingen

Je kunt je inschrijven voor deze Master Class met een aanmeldingsformulier dat je vindt op www.ic-d.nl. Na retournering daarvan zorgen wij voor een bevestiging met alle benodigde informatie en de voorbereidende vragenlijst.

Uitgebreide informatie over de leeroplossingen van het IC&D vind je op www.ic-d.nl. Met je eventuele vragen over deze Master Class kun je natuurlijk altijd bij ons terecht: info@ic-d.nl of 040-2130140. Wij staan je graag te woord!