

Trainingsreeks “Succes in zicht”

Of u nu aan het begin van uw loopbaan staat, uit de fase van concentratie op uw gezin in het beroepsleven terugkeert of de volgende sporten op de carrière ladder wilt beklimmen: vroeg of laat hebt u het veel geciteerde glazen plafond bereikt. En uw persoonlijke grenzen.

In onze trainingsreeks “Succes in zicht” maakt u zich de gereedschappen eigen om in de door mannen bepaalde zakenwereld uw positie in te nemen en te handhaven. U integreert vermeende zwaktes, ontdekt uw sterke punten en leert daarop te vertrouwen en deze voor meer succes in te zetten. Bovendien komt u te weten hoe u typische valkuilen voor vrouwen kunt vermijden en op welke momenten het zinvol is om van uw mannelijke collega's te leren.

U wordt begeleid door het ervaren trainersteam Bärbel en Sebastian Rockstroh.



Samen bieden wij u de kijk op uw dagelijks beroepsleven vanuit de positie van beide seksen. Profiteert u van dit 360-graden-perspectief!

Het nut voor uw carrière zal uw verwachtingen overtreffen.
Gewoon better than possible.

De trainingsreeks bestaat uit vier modules. Deze bouwen inhoudelijk op elkaar op en u kunt er het beste in deze volgorde aan deelnemen. Voor vrouwen met personele verantwoordelijkheid bieden wij ook nog de speciale module “Leidinggeven aan medewerkers/sters” aan.

U bent alleen in bepaalde thema’s geïnteresseerd? Neemt u contact met ons op. Samen vinden we een oplossing.

Module 1

Wat mannen u niet vertellen – en geen loopbaanadviseur verraadt:

- Fungeren van patriarchaal opgebouwde hiërarchie
- Ongeschreven regels van mannelijke leidingpiramiden
- Vrouwelijke mogelijkheden van optreden in de omgang met alfa- en bèta-mannen in de rol van
 - de chef,
 - de collega’s,
 - de medewerkers,
 - de klanten.

Typische “valkuilen voor vrouwen”

- Twijfel aan zichzelf
- Perfectionisme
- Gemeenschap
- Populariteit

Zelfbewustzijn, handhaving, presentatie

- Vertrouwen op de eigen sterke punten
- Retorische middelen
- Bewuste inzet van taal, stem en lichaamstaal
- Doe iets goeds en praat erover!

en bovendien:

Individueel stressmanagement in bepaalde situaties van het dagelijks leven

Module 2

Praktijk-check:

- Welke veranderingen hebben zich sinds module 1 voorgedaan
 - in mijn optreden?
 - bij mijn conflicten?
 - bij mijn persoonlijke successen?
- Welke feedback heb ik van leidinggevendenden, collega's, medewerkers/sters en klanten gekregen?
- Welke koerscorrecties zou ik moeten doorvoeren – en welke liever niet?

Mijn waarde – en mijn eigenwaarde

- Realistische inschatting van de eigen vaardigheden en talenten.
- Wat mijn sterke punten werkelijk sterker maakt.
- Eindelijk afgelopen met de zelfboycot!
- Beproefde hulpmiddelen ...als de twijfel aan mij zelf weer eens heel hevig is.

Meer typische “valkuilen voor vrouwen”

- Angst voor succes
- Vaste overtuigingen

Onbewuste struikelblokken

- Socialisering in de familie
- Vrouwelijke rollenmodellen
- Wie ben ik nu – en wie wil ik zijn?

Omgang met aanvallen en onfaire kritiek

- Krachtig optreden
- “Innerlijk verdedigingsschild” en persoonlijke moed-houding
- Stress-balance
- Strategieën, die hier om goede redenen niet publiekelijk verraden worden!

en bovendien:

Individueel stressmanagement in bepaalde situaties van het dagelijks leven

Module 3

Praktijk-check:

- Welke veranderingen hebben zich sinds module 2 voorgedaan
 - in mijn optreden?
 - bij mijn conflicten?
 - bij mijn persoonlijke successen?
- Welke feedback heb ik gekregen van leidinggevenden, collega's, medewerkers/sters en klanten?
- Welke koerscorrecties zou ik moeten doorvoeren – en welke liever niet?

Wat mij werkelijk drijft

- Wat ben ik: slachtoffer of regisseuse van mijn levensfilm?
- Mijn visie en mijn doelstellingen.
- Succes is dat wat ik tot een succes maak!

Nog meer typische “valkuilen voor vrouwen”

- IJver
- Multitasking
- Opgeven

Wat u van mannen werkelijk kunt leren, bijv.

- succesvol netwerken,
- zelfbewust optreden bij totale onwetendheid,
- opvallen en lange tijd onthouden worden.

Spanningsveld familie en beroep

- Strategische familieplanning: waarom u vandaag al zou moeten denken aan uw kinderen van morgen.
- De werkgever op zijn verantwoordelijkheid aanspreken: modellen voor echte verenigbaarheid van familie en beroep
- Nu er flink tegenaan: terugkeer in het beroepsleven na de fase van concentratie op het gezin
- Ravenmoeder-complex: het eeuwig slechte geweten van werkende moeders.

en bovendien:

Individueel stressmanagement in bepaalde situaties van het dagelijks leven

Module 4

Praktijk-check:

- Welke veranderingen hebben zich sinds module 3 voorgedaan
 - in mijn optreden?
 - bij mijn conflicten?
 - bij mijn persoonlijke successen?
- Welke feedback heb ik gekregen van leidinggevenden, collega's, medewerkers/sters en klanten?
- Welke koerscorrecties zou ik moeten doorvoeren – en welke liever niet?

Tussen waarschuwing voor krenge en geweldloze communicatie

- Nieuwe wegen voor de oplossing van conflicten.

Tussen Harvard-concept en salami-taktiek

- De kunst van succesvol onderhandelen.

Tussen Gender Pay Gap en armoede bij vrouwen op hun oude dag

- Gelijk loon voor gelijk werk – van droom naar werkelijkheid.
- Zo bereik ik dat ik een passend salaris krijg.

Tussen alle stoelen

- Systemische beschouwing van mijn rollen als leidinggevende, collega, medewerkster, vrouw/partner, moeder, dochter, vriendin, ...

Wat nu nog ontbreekt:

- Zo vind ik een mentor. En wel de goede!

en bovendien:

Individueel stressmanagement in bepaalde situaties van het dagelijks leven

Speciale module Leidinggeven aan medewerkers/sters

Vrouwelijke leidinggevendenden kunnen het succes van een onderneming aanzienlijk vergroten - als men (man) ze laat. En als ze het zichzelf toevertrouwen.

Bij de beoordeling van leidinggevendenden krijgen vrouwen vaak duidelijk betere cijfers dan hun mannelijke tegenhangers. Ze prefereren meestal een meer democratische stijl van leidinggeven en betrekken hun teams sterker bij processen van besluitvorming. Dat leidt er niet alleen toe dat de medewerkers/sters zich prettiger voelen, zij bereiken dikwijls ook meetbaar betere economische resultaten dan hun mannelijke collega's.

In deze speciale module helpen wij u om vragen te stellen omtrent uw eigen leidinggevend gedrag en dit te optimaliseren. Wij houden ons bezig met precies die situaties waar u in uw persoonlijke dagelijkse praktijk als leidinggevende steeds weer moeite mee hebt. Bovendien leert u nieuw gereedschap hanteren dat u zelfbewust en gesterkt in de praktijk kunt inzetten.

Seksespecifiek leidinggevend optreden

- Stereotypes van persoonlijkheid
- Seksespecifieke sterke en zwakke punten
- Medewerkergericht leidinggeven
- Carrièrebevorderend leidinggeven

Stijl van leidinggeven en leidinggevend type

- Klassieke stijlen van leidinggeven
- Klassieke leidinggevende types
- Mijn sterke en zwakke punten bij het leidinggeven aan medewerkers/sters
- Mijn persoonlijke stijl van leidinggeven

Geselecteerde probleemsituaties

- Beoordelingsgesprekken
- Gesprekken waarin kritiek geuit moet worden
- Delegeren en terugdelegeren
- Grenzen aangeven
- Conflicten
- "Help, ik word bevorderd!" De ontwikkeling van collega tot leidinggevende.
- "How to talk to men": zo communiceer ik als vrouwelijke leidinggevende succesvol met mannelijke leidinggevendenden, medewerkers en collega's.

en bovendien:

Individueel stressmanagement in bepaalde situaties van het dagelijks leven

De locatie van het cursushuis



BetterThanPossible, Münsterhalden 10, 79244 Münstertal

Heenreis en overnachting

U komt met het openbaar vervoer?

Op verzoek organiseren wij de transfer van het vliegveld (Basel-Mulhouse, Zürich) of van het station (Freiburg, Bad Krozingen).

Vanzelfsprekend ondersteunen wij u bij het boeken van uw overnachtingen in de nabijheid van het cursushuis.

Termijnen en condities

Graag geven wij u alle verdere inlichtingen.

Gebruik eenvoudig het contactformulier onder www.betterthanpossible.de.