**Inhoud Persoonlijk Leiderschap**

Cursusleider: Charlotte van den Wall Bake

**Inhoud cursus**

Heb je ook wel eens het gevoel dat je de situatie niet meer onder controle hebt of dat je leeft bij de waan van de dag? Merk je dat je soms stress ervaart of uitgeblust thuiskomt?
Met de cursus persoonlijk leiderschap krijg je weer grip op je leven en kun je je weer focussen op jouw doelen en op wat je echt belangrijk vindt. Zo werk je met meer plezier en heb je na jouw werkdag nog genoeg energie over voor andere activiteiten.

Deze interactieve training heeft zowel een theoretische als een praktische invulling. Ook is er voldoende gelegenheid om vragen, knelpunten of onduidelijkheden uit jouw dagelijkse werk voor te leggen. Dit kun je bijvoorbeeld doen door voorafgaand aan de training een praktijkcasus in te dienen die tijdens de training geanonimiseerd behandeld wordt. Zo ontdek je tijdens deze avond hoe je, met behoud van eigen authenticiteit, in staat bent om met meer plezier te werken.

Na deze training:

* Ben je in staat jouw grenzen aan te geven en te bewaken
* Kun je “nee” zeggen
* Kun je om gaan met “ja maar”
* Kun je je zelfvertrouwen vergroten
* Kun je de effecten van jouw gedrag op jezelf en jouw omgeving waar nemen
* Ben je in staat om te reflecteren op jouw eigen gedrag
* Ben je in staat jouw non verbale communicatie bewust in te zetten
* Kun je switchen tussen de verschillende niveaus van luisteren
* Kun je aan de slag met antwoorden op concrete vragen uit jouw eigen praktijksituatie

De werkwijze in de training is afwisselend, interactief, informatief en opbouwend. De training geeft nieuwe inzichten en speelt in op praktijksituaties. Ook is er ruimte om in te gaan op individuele casuïstiek, zodat je na de training direct aan de slag kunt met inzichten voor jouw eigen praktijk.

**Voor wie?**

De training is bedoeld voor tandartsen die hun persoonlijke en professionele ontwikkeling serieus nemen.
Afhankelijk van de groepsgrootte (15-20 deelnemers) is er in meer of in mindere mate ruimte voor interactie en het uitwerken van ingebrachte praktijkvoorbeelden.