

Persoonlijke effectiviteit

Met als basis Houding en Gedrag



**voor mensen die
willen samenwerken**



PE
METHODE



De Zwerm Groep



De PE-Methode

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Onze coach trajecten zijn geschikt voor mensen die aan hun persoonlijke ontwikkeling willen werken, meer inzicht willen in hun belemmeringen en zoeken naar hun kracht en zich ook daadwerkelijk inzetten om de nodige veranderingen vorm te geven.

De wil om te veranderen dient aanwezig te zijn. Evenals de wil jouw gedrag hierop aan te passen en te sturen om vervolgens de resultaten te krijgen waar jij naar verlangt.

Commitment en inzet, is essentieel om met ons te werken. Wij werken met doelgerichte mensen; mensen die zeggen wat zij doen en doen wat zij zeggen,

De PE Methode is voor mensen die vooruit willen en willen samenwerken!

PE
METHODE



Persoonlijke effectiviteit

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

De medewerkers in deze tijd doen hun werkzaamheden in een sterk veranderende omgeving met snel veranderende regelgeving en krimpende budgetten. Er wordt nu van medewerkers verwacht pro-actief met aandacht effectief samen te werken en dit zowel met collega's als klanten. Juist hierbij is het van belang dat de medewerker bewust is van zijn eigen handelen en de effecten hiervan om die samenwerking. Tevens heeft een medewerker om te gaan met aanwezige spanningen, verantwoording te nemen voor gemaakte afspraken en kan werken vanuit een helder kader op basis van eigen gemaakte keuzes. Het bewust achter de missie en visie staan van de organisatie en bij veranderingen elke keer opnieuw willen en kunnen kiezen er voor te willen gaan is een must in deze snelle tijd.

Onze **PE-Methode** zorgt er voor, dat er een bewustwording gecreëerd wordt die medewerkers aanspreekt om vanuit diens eigen verantwoordelijkheid te handelen. Het brengt de organisatie medewerkers die meer zelf-reflecterend kunnen zijn, waardoor een constructieve houding in de samenwerking met collega's wordt bevorderd.





Aanspreekbaar & verantwoordelijk

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Door het volgen van deze training worden medewerkers ondernemender en voelen zich verantwoordelijk voor het gezamenlijk behalen van resultaten. De collegialiteit wordt hierdoor vergroot, wat ook van invloed is op de resultaten die men wil behalen.

Men onderzoekt het verschil in ervaring tussen werken van uit „willen“, of werken vanuit „moeten“. Deelnemers ontdekken dat er een keuze te maken is bij het nemen van beslissingen en bij het bepalen van de eigen levenskoers. Men staat stil bij de eigen rol en verantwoordelijkheid in de processen van de organisatie, leert procesverbeteringen te herkennen en deze constructief bespreekbaar te maken.

Na aanmelding volgt het maken van een gedragsprofiel op basis van „DISC“.

De deelnemers kunnen na elk cursusdeel, de daar geleerde theorie, in praktijk brengen en worden zich meer bewust van het eigen handelen en hoe het eigen handelen overkomt.

Deelnemers kunnen gezamenlijk dezelfde taal delen, waardoor een meer effectieve communicatie ontstaat.

Het inzicht in de eigen gedragslijnen en wat de effecten hiervan zijn op het handelen, worden vergroot.

De deelnemer leert de eigen belemmeringen die een heldere communicatie in de weg staan, herkennen.

De leidinggevende kunnen medewerkers aanspreken op diens verantwoordelijkheid



PE-Methode en theorie

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Een deel van de theorie die in de cursus aan bod komt vind zijn basis in de "DISC", gedragsprofielen en de unieke "Methode GoldenBox". Het samen smelten van deze twee methodes, aangevuld met persoonlijke en team opdrachten geeft een zeer compacte, adequate en effectieve trainingsaanpak die werkt. De **PE-Methode**.

De "DISC", profielen geven een adequate beschrijving van uw gedragsstijlen. Deze zijn onderverdeeld in vier kenmerkende stijlen. Het profiel wordt online ingevuld. Het resultaat is een uitgebreide rapportage van de eigen gedragsstijlen in een leesbaar formaat.

De **PE-Methode** maakt houding & gedrag effectief bespreekbaar waarmee mensen vanuit zichzelf bewust meegaan in verander processen of niet, het is een keuze.

Op de volgende pagina,s gaan wij dieper in op de methode.



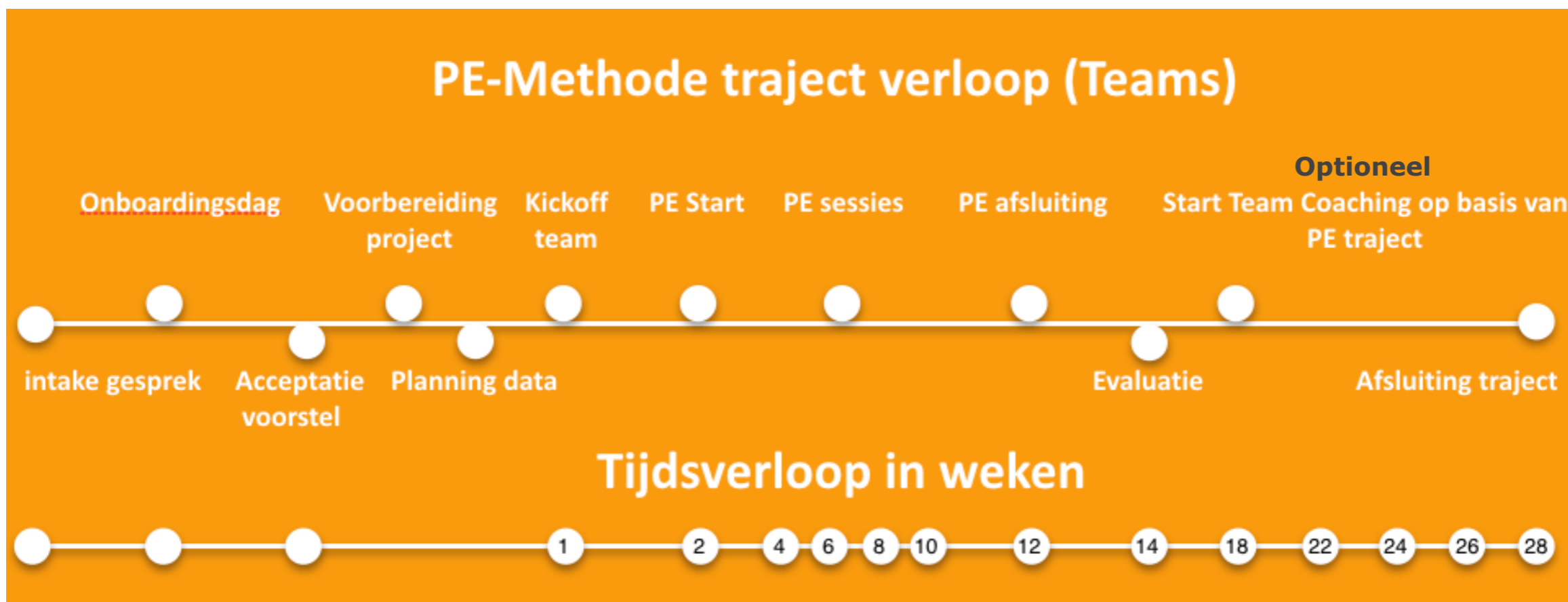


PE-Methode 6 maanden

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

De **PE-Methode** is een beproefde werkwijze die gestructureerd en doelgericht de teams ondersteunt naar een gezonde werkcultuur voor de deelnemer. Elke sessie is weer vernieuwend en geeft weer inzichten om direct toe te passen in de dagelijkse praktijk.

Het start vanaf de eerste dag!





De DISC Theorie

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Onderdeel in de training is het maken van een eigen gedragsstijlen profiel op basis van de „DISC”, theorie. Het profiel geeft een pakkende beschrijving van de gedragsstijlen in een herkenbare taal.

In dit profiel meten we normaal menselijk gedrag, verdeeld over vier factoren of dimensies:

- hoe u reageert op problemen en uitdagingen.
- hoe u anderen overtuigt van uw mening of zienswijze.
- hoe u reageert op het tempo van de omgeving en op veranderingen in die omgeving.
- hoe u reageert op regels en procedures die opgesteld zijn door anderen.

Noot: zijn er al dergelijke DISC rapporten beschikbaar, dan worden deze ingezet in de training.





Gedragstijlen van Marston

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Iemands gedragstijl is wat je ziet als je met hem of haar communiceert en samenwerkt. Het geeft de manier van doen weer. Voorzichtigheid is gewenst, het is als een ijsberg. Je ziet alleen wat zich boven water bevindt. Iemand kan aan de buitenkant heel ondersteunend zijn in interactie met zijn omgeving, maar dat wil niet zeggen dat hij gedreven is om iemand te helpen, of klantgericht denkt. Hoe zit dat dan?

De gedragstijl kan verschillen per situatie. In de basis kan de stijl anders zijn dan bijvoorbeeld in stressvolle situaties of een situatie waarin iemand wordt geforceerd, door zichzelf of door zijn omgeving. Hier praten wij dan over een aangepaste of responsstijl.

Dr. William Moulton Marston is een Amerikaanse psycholoog die het DISC model heeft ontwikkeld. Het is een model opgebouwd uit vier gedragstijlen. In de meeste meetinstrumenten weergegeven met de kleuren: rood, geel, groen en blauw.





Dominantie

Hoe sterker deze stijl is ontwikkeld, hoe sterker de neiging om de omgeving te beheersen en te controleren. Hoe lager deze stijl is ontwikkeld, hoe rustiger wordt gereageerd op veranderingen en uitdagingen. Een dominant iemand reageert pro-actief op veranderingen en uitdagingen, wil graag winnen, is erg taak- en resultaatgericht, heeft een "kort lontje", is snel kwaad, maar is het ook weer snel vergeten. Deze stijl wordt aangeduid met een rode kleur: vurig, passie en strijd.



Invloed

Dit is de gedragsstijl die uitdrukt hoe sterk iemand zijn omgeving via verbale overtuigingskracht en non-verbale uitstraling of charme beïnvloedt. Hij of zij is erg gericht op de gevoelens van anderen. Hoe sterker deze stijl aanwezig is, hoe groter het vertrouwen in anderen. Hoe lager, hoe minder anderen worden geïnspireerd of overtuigd. Meestal is deze persoon dan stil en houdt er niet van anderen zijn ideeën te verkopen. Is deze stijl sterk aanwezig dan is deze persoon enthousiast, hartelijk en grenzeloos optimistisch. Geel is de kleur die hierbij past: zonnig en warm.



Stabiliteit

Groen is de kleur van rust, natuur en stabiliteit. Deze stijl geeft aan hoe sterk volgens vaste gewoontepatronen te werk wordt gegaan. Hoe sterker deze stijl aanwezig is, hoe geringer de flexibiliteit bij het omgaan met veranderingen. Hoe lager, hoe groter de wil en capaciteit tot aanpassing aan veranderingen in de omgeving. Het werktempo van iemand met veel groen, is langzaam maar gestaag. Hij of zij is geduldig, attent, servicegericht en betrouwbaar. Het werktempo van iemand met weinig groen is hoog maar hectisch.



Conformiteit

Een sterke conformist houdt zich vast aan gemaakte regels en procedures. Hoe lager deze stijl, hoe sterker de neiging tot ongebonden denken en handelen. Iemand met veel blauw in het gedragsprofiel is nauwkeurig, ordenend, perfectionistisch en analytisch. Met weinig blauw in het gedrag is iemand creatief en non-conformistisch. Blauw is de kleur van de politie en de belastingenvelop.



Iedereen is uniek

Iedereen heeft deze vier stijlen tot op zekere hoogte ontwikkeld. De combinatie hiervan maakt het een persoonlijke gedragsstijl. Een mix die ervoor zorgt dat iemand niet zomaar in een kleur in te delen is. Het helpt om gedragsstijlen bespreekbaar te maken. Maar, zoals reeds gezegd, voorzichtigheid is geboden.

Gedragsstijlen, immers zeggen iets over de manier van communiceren en samenwerken. Het geeft de manier van doen weer. Onder de oppervlakte hebben wij ook te maken met drijfveren, waarden, vaardigheden en talenten.

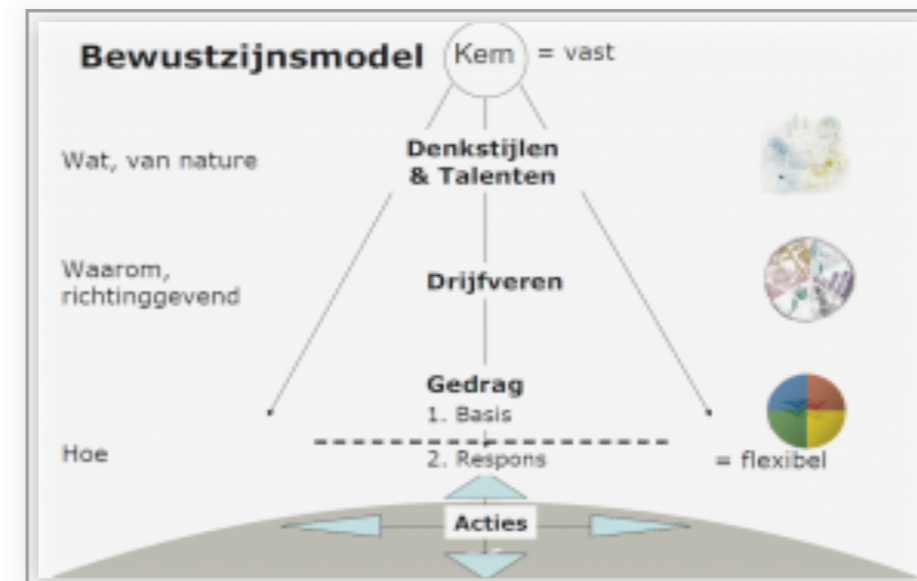
Deze onderliggende eigenschappen maken een gedragsstijl donkerder of lichter. Heeft iemand een groene gedragsstijl, met een onderliggende sterke praktische drive, dan kan het groen beste wel eens roder lijken. Of andersom, heeft iemand een sterk rode stijl met een sterk emphatisch vermogen dan lijkt rood mogelijk op groen.

Kortom: het samenspel van gedragsstijlen, drijfveren en talenten plus de ervaringen zijn uniek voor elk individu.

Bewustzijnsmodel

De PE-Methode hanteert het Bewustzijnsmodel, een eenvoudig model om uit te leggen hoe wij kijken naar denkstijlen, drijfveren en gedragsstijlen in relatie tot talenten en persoonlijke ontwikkeling.

De PE-Methode geeft een essentiële aanvullende ondersteuning in het bewustzijnsproces en handvatten in het begrijpen en toepassen van de eigen talenten, drijfveren en gedragsstijlen in de interactie met mensen in de dagelijkse praktijk.





De Methode Golden Box

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

De PE-Methode maakt houding & gedrag effectief bespreekbaar waarmee mensen vanuit zichzelf bewust meegaan in uw en eigen beoogde veranderproces. Het medewerkers bewust van het hebben van een keuze wel of niet mee te gaan in de lopende veranderingen. Meegaan is dan ook 100% meedoen.

Het is een methode. Dit betekent voor een organisatie dat de training integraal is toe te passen en medewerkers eenduidig van een werkwijze te voorzien die aanspreekt, simpel is in de praktijk en de effectiviteit in de samenwerking stimuleert. Door deze methode stapsgewijs in te voeren is de investeringen in tijd en geld te verdelen over een langere periode. Het trainen op houding en gedrag en de hiermee gepaard gaande communicatie geeft adequaat vorm aan duurzame veranderingen.





Gericht & Meetbaar

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Zomaar een dialoog tussen een procesbegeleider die De methode GoldenBox toepast en een van zijn deelnemers.

Deelnemer: "Als je lekker in je vel zit, draait het als een tierelier."

Coach: "Over wie heb jij het? Over jou zelf?"

Deelnemer: "Oké, als IK lekker in mijn vel zit, ben ik productief en ervaar ik de verbinding met anderen."

Coach: "Wat gebeurt er met jou als jij, "IK" zegt?"

Deelnemer: "Ik merk dat ik zorgvuldiger ga communiceren."

Deze methode sluit naadloos aan op het door ons gehanteerde bewustzijnsmodel en de bewustwording op gedrag.

In onze coaching en trainingen richten wij ons er op dat mensen zelf actief werken aan hun ambitie, vanuit een helder perspectief en een eigen verantwoordelijkheid.

Organisaties besteden vaak 100 procent van hun tijd en middelen aan verbeteren van hun producten en processen. Ze doen weinig of niets aan gerichte gedragsverandering. Terwijl daar grote winst te behalen is.

De **methode GoldenBox** realiseert duurzame gedragsverandering bij mensen in organisaties door middel van het vergroten van het bewustwording en bewustzijn. Typerend is de spiegel die de Coach voorhoudt, dit kan confronterend zijn.



Bewustwording & PE-Methode

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Dat is nodig omdat alleen de fysieke ervaring in het hier en nu iemand tot werkelijk begrip kan brengen. De weg ernaartoe gaat via bewustwording.

De methode GoldenBox laat mensen zien wat hen in de weg zit. De hinderlijke ruis in ons hoofd die ons soms kwelt. Piekeren, oordelen, verwijten en onjuiste aannames zorgen voor misverstanden en staan efficiënt gedrag in de weg. De coach brengt ons op een punt dat we gaan snappen dat we zelf doen wat we onze collega's verwijten: niet luisteren, niet respectvol zijn, niet samenwerken. Pas als we dit ervaren, kan de coach ons de vraag stellen of we daar iets aan willen veranderen. Van Raalte: "Dan zegt iedereen ja."

Met veel succes: "ik zie de gedragsverandering bij iedereen, soms snel, meestal binnen 2 maanden", "Mensen die ineens verantwoording nemen voor die dingen waar ze ook werkelijk verantwoordelijk voor willen zijn" aldus Koos Vervolgens gaat het over het antwoord van de deelnemer op de situatie.

Contact, inzicht en beleving zijn cruciaal in De methode GoldenBox. Van Raalte legt het verhaal uit aan de hand van praktische voorbeelden en start met de vraag "wat is bewustzijn", "hoe worden wij bewust".

De aanpak kenmerkt zich door samen met de deelnemers de zoektocht te maken naar de werkelijke waarheid. Bij de woorden die ons bewustzijnsproces beschrijven liggen de accenten voor ieder individu anders -en kunnen veranderen. Denk aan woorden als 'voelen', 'ervaren'. Bij spanningen en stress sluiten mensen zich af en blijft er vaak nog maar één woord ofwel één voorkeursbewustzijn over. Hoe meer van de tien aspecten geactiveerd zijn, hoe meer contact, begrip en teamspirit.



De missie is leidend

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Hoe gaat hij of zij het geleerde terugkoppelen naar de werkvloer, targets, KPI's, doelstellingen en competenties? Hierna volgen interventies die gericht zijn op de al genoemde groepsdynamiek. De missie in de organisatie is hierbij leidend. Het kan bijvoorbeeld gaan om zaken als invloed uitoefenen, valkuilen zien, prioriteiten stellen of verantwoordelijkheid nemen.

De PE-Methode wordt ondersteund door oefeningen, zowel binnen als buiten. Deze oefeningen hebben als doel de mensen te laten ervaren wat het verschil is tussen 'commentaar hebben 'op' en 'zelf ervaren van'. Pas als ze zelf die blinddoek voor hebben gehad, weten ze wat het is.

Deze methode zoekt altijd aansluiting op de context van de organisatie en de cultuur en de persoonlijke doelen van de deelnemers. Van Raalte vat kort samen wat hij tijdens de coaching sessies met de mensen doet: "Ik haal hen uit hun patroon en hou hen een spiegel voor zodat ze zelf

beslissingen gaan nemen. Uiteindelijk stop ik ze weer terug in hun context. Verander ik hun gedrag? Nee, dat doen ze zelf. Omdat ze de urgentie gaan voelen."





Persoonlijk certificaat

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

De PE trajecten worden afgesloten met een presentatie. Wij vragen de deelnemers te vertellen wat zij hebben geleerd de afgelopen tijd over zichzelf en over het team.

Wat zij zien als hefboom om de samenwerking te optimaliseren in de vorm van het vertellen wat hun visie is op het team en deze samenwerking.

Na de presentatie ontvangt elke deelnemer zijn/haar persoonlijke certificaat.

The image shows a personal certificate from De Zwerm Groep. The certificate is titled 'CERTIFICAAT' in large orange letters. Below the title, the name 'Johan Testnaam' is written in a cursive font. The certificate text is in Dutch and describes the completion of a training program. The certificate is signed by Johan Testnaam and Koos van Raalte. The date is 20-01-2019. The logo 'PE METHODE' is visible in the bottom right corner of the certificate.

De Zwerm Groep
Coaches tot Meesterlijke Teams

CERTIFICAAT

Johan Testnaam

IN HET KADER VAN HET VOLGEN VAN DE TRAINING "PERSOONLIJKE EFFECTIVITEIT" AANGAANDE BEWUSTZIJN, BETROKKENHEID EN ZELFSTURING ONTVANGT BOVENSTAANDE PERSOON DIT CERTIFICAAT ALS BEWIJS VAN DEELNAME.
DE DEELNEMER IS ZICH BEWUSTER VAN DE EIGEN HOUDING EN GEDRAG AANGAANDE VERANDERINGEN EN INTERACTIE MET ANDERE MENSEN.

DE TRAINING IS AFGESLOTEN MET EEN MEESTERPROEF, HET GEVEN VAN EEN PRESENTATIE.
MET HET VOLGEN VAN DEZE TRAINING ZIJN CA. 30 STUDIE UREN GEMOEID INCLUSIEF VERSLAGEN.

TEST TEAM
JOHAN TESTNAAM

DE ZWERM GROEP
KOOS VAN RAALTE

20-01-2019

PE
METHODE



Aanmelding & vergoeding

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Aanmelden van de training is mogelijk door een email te sturen aan koos.van.raalte@dezwegmgroep.nl of even bellen 0622944273

Mocht u meer informatie wensen dan komen wij graag bij u op bezoek.

De training wordt in groepsverband aangeboden. Dit verhoogd de dynamiek en maakt de cursus effectiever. Het leren van elkaars ervaringen waarderen deelnemers zeer. De inspanning is 20 uur per deelnemer.

Startdag gehele team |groep

Pe-Sessies in groepjes van max 7 personen.

De investering voor deelname is € 1250,-- per deelnemer, excl. 21% btw. (2019)

Maandelijke teamsessies € 750,-- per sessie.)4 uur)

Volume korting is € 0,5% per deelnemer (max 15%) per contract.

Aansluitende producten:

- Persoonlijke coaching | traject
- Leiderschap | traject
- Drijfveren op het werk | workshop
- Talenten | workshop
- Functie benchmark | traject
- Risico gestuurd werken in projecten | traject





Kerngetallen

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

2018 deelnemers PE trainingen en persoonlijke coaching.

PE

TEAMS

183

PE

COACHING

12

PE

BENCHMARK

4



Persoonlijke effectiviteit

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Een greep aan onderwerpen die aan bod zijn komen in het afgelopen jaar en die op team en/of persoonlijk niveau zijn verwerkt in de training persoonlijke effectiviteit.

- Assertief en Zelfverzekerd Communiceren
- Assertiviteit op de werkplek
- Ik wil het wel en doe het niet?
- Balans in werk en privé
- Overkomen zoals ik wil/mijzelf zijn
- Mijn overtuigingskracht
- Kracht en Uitstraling
- Talenten in beeld
- Van de bank af en wel NU.
- Vergroten management vaardigheden
- Weerbaarder zijn
- Pesten en presteren
- Werkstress en Werklust
- Feedback
- De kracht van gedrag
- Ondernemender zijn
- Verantwoordelijk zijn





Koos van Raalte

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Koos heeft ruime ervaring met het begeleiden van teams en het geven van coaching. Hij is een echte praktijkman en in grote mate een invoelend mens. Deze kwaliteit wordt veelvuldig ingezet bij trainingen en coaching, waarbij de individuele deelnemers zijn speciale aandacht hebben. Op basis van zijn ervaring is hij in staat verbanden te leggen tussen persoonlijke leerervaringen en de dagelijkse werkpraktijk. De authentieke mens met zijn unieke talenten staat in zijn benadering centraal. Deelnemers van trainingen en coachingtrajecten ervaren Koos als eerlijk, duidelijk maar vooral to the point. *"Met deze verkregen helderheid kan ik weer vooruit"*, is een veelgehoorde kreet. *"Werken met mensen geeft mij energie, vooral als zij zelf vooruit willen"*, aldus Koos



De Zwerm Groep

+31(0)6 229 442 73

koos.van.raalte@dezwegmgroep.nl

www.dezwegmgroep.nl

[koosvanraalte](#)

[linkedin.com/in/koosvanraalte](https://www.linkedin.com/in/koosvanraalte)

Meer informatie vind u op deze websites

www.dezwegmgroep.nl



De Zwerm Groep

Coaches tot Meesterlijke Teams

Rogier Greebe

Effectief - resultaat - bewust - houding & gedrag

Rogier Greebe

Eigenaar Choice Training

Rogier is 10 jaar geleden gestart met zijn onderneming met de visie anderen te helpen door hen in hun kracht te laten komen, beslissingen te leren nemen en bewust te worden van de eigen verantwoordelijkheid. Rogier heeft met diverse teams gewerkt en werkt vanuit een groot empathisch vermogen. Door zijn scherpe waarneming en inlevingsgevoel begrijp hij mensen en verhoudingen als geen ander.



Rogier Greebe

+31(0)651039019

Info@choice-training.nl

www.Choice-Training.nl