

Training



Doelgericht aan de slag

Mensen die leerdoelen stellen, behalen gemakkelijker hun doel. Wil jij dat ook? Dan is de training 'Doelgericht aan de slag' iets voor jou.



Iedereen werk

Stel je leerdoelen

In deze training ga je werken aan je persoonlijke effectiviteit.

Wat zijn (leer)doelen?

Een doel is iets wat je wilt bereiken. 'Ik wil een baan vinden' is zo'n doel. Het is echter een doel dat niet eenvoudig bereikbaar is. Het kan soms helpen een doel in stapjes op te splitsen. Zo wordt het makkelijker dat doel te behalen.

Uit onderzoek blijkt dat mensen die leerdoelen stellen, beter kunnen omgaan met tegenslagen. Ze leren bovendien van hun fouten. Ze leveren betere prestaties en hebben meer plezier in wat ze doen. Leerdoelen in kleine stapjes, met vallen en opstaan, zorgen voor effectief gedrag en meer kans op succes. Bij het werken aan leerdoelen is het belangrijk om verschillende manieren uit te proberen om je doel te bereiken. Van elke manier leer je wat.

Je gaat in kleine groepjes aan de slag, heel praktisch. Je krijgt genoeg ruimte om eigen ideeën in te brengen. Zo kun je vorm geven aan je eigen plan. Jouw eigen leerdoelen zullen elke training aan bod komen.

Hoe lang en waar?

Het gaat om 8 bijeenkomsten van 2,5 uur. De groep komt ongeveer 1 keer per 2 weken bij elkaar. Meestal in de ochtend, van 09.00-12.00 uur (met pauzes), soms ook in de middag. Dit hoor je natuurlijk ruim van tevoren van ons. De training vindt plaats in het gebouw van DZB Leiden, Le Pooleweg 11, Leiden.

Resultaat

Na deze training ga je met meer zelfvertrouwen en doelgericht op zoek naar werk. Daarnaast heb je meer zicht op je mogelijkheden.