



MANO

SamenDoorSamen Toekomsttraining

Nieuwkomers naar werk begeleiden



Van Basiskennis naar Kracht!

Daar gaan we samen voor!

- Doelgroep
- 3 groepen per jaar
- 6 bijeenkomsten
- Verschillende trainers
- Coaching een- op - een
- Certificaten



Inhoud:

1e

Bijeenkomst

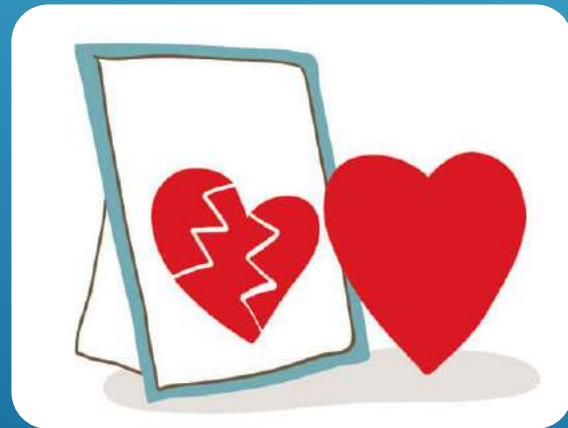


Jezelf voorstellen?

- Wie ben jij en wat doe jij?
- Wat is belangrijk voor jou?
- Waar kom jij vandaan?
- Wat zijn jouw goede eigenschappen/kwaliteiten?
- Wat is jouw (culturele) achtergrond?
- Wat zijn jouw dromen en wensen in de toekomst?
- Wat wil jij graag bereiken?
- Tip: houd het kort en bondig

2e

Bijeenkomst



Zelfvertrouwen & zelfbeeld?

- Wat is zelfvertrouwen en zelfbeeld?
- Waarom is het belangrijk?
- Hoe krijg je meer zelfvertrouwen?
- Hoe kun je met kleine stapjes verbeteren?
- Hoe kijk je naar jezelf en hoe zien anderen jou?
- Waar ben je gevoelig voor?
- Hoe zou jij jouw karakter beschrijven?

Waarom is het belangrijk om invloed te kunnen hebben op jouw eerste indruk op anderen?



Feedback geven? Feedback ontvangen?

- Hoe geven we feedback? Direct aan de persoon!
- Het gaat om een ontwikkelingspunt.
- Voorkom miscommunicatie!
- Het is onderdeel van goede communicatie!
- Wat zijn de spelregels?
- Altijd positief en opbouwend.
- Het gaat om een ontwikkelingspunt
- Beter resultaten behalen!
- Samenwerking versterken!
- We oefenen in tweetallen een voorbeeld.

4e

Bijeenkomst



Netwerken?

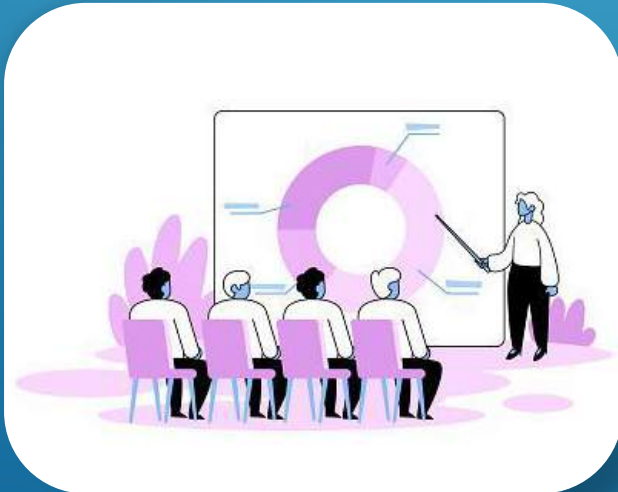
- Wat is netwerken?
- Communicatie vaardigheden
- Fysieke en digitale communicatie
- Vrijwilligerswerk
- LinkedIn
- Snelle aanpassing aan een nieuwe situatie
- Positief blijven!
- Goed omgaan met mensen
- Deelnemen aan de samenleving

5^e

Bijeenkomst

Pitchen en presenteren?

- Inspiratie en vertrouwen!
- Wanneer moet je jezelf presenteren?
- Wat vertel je allemaal in een presentatie?
- Wat zijn positieve signalen?
- Hou ziet de perfecte presentatie eruit?
- Zo mogelijk kort en krachtig!
- Praktijk: samen aan de slag!





Stappenplan voor de toekomst?

- Duidelijke doelen
- Taal
- Netwerk opbouwen
- Opleiding
- CV maken
- Kwaliteiten en vaardigheden
- Werk en inkomen

