

## Het Eigen Kracht Programma

### De eigen weg naar nieuw perspectief

#### Eigen kracht

Je bent in een nieuwe fase van je werkend leven beland. Dat kan zelf gekozen zijn of door de werkgever geïnitieerd zijn. Dit is jouw kans om een nieuw perspectief te creëren voor jezelf; de mogelijkheid om (eindelijk) te gaan doen wat echt bij jou past. Zelf jouw loopbaan op eigen kracht zo te managen dat je er de rest van je leven plezier van hebt. Het Eigen Kracht Programma kan jou hierbij helpen.

#### Wat is het Eigen Kracht programma?

De essentie van ons Eigen Kracht Programma ligt in de bewustwording van jouw eigen kracht onder onze begeleiding. Wat zijn je drijfveren, je talenten, jouw persoonlijkheid en mogelijkheden en welke kracht ligt hierin verborgen. En hoe kunnen wij jou helpen om deze eigen kracht (nog beter) aan te boren en in te zetten.

Het 'varen' op jouw eigen kracht, geeft je de mogelijkheid regie te voeren over je eigen leven en loopbaan. Dit geeft vaak veel voldoening.

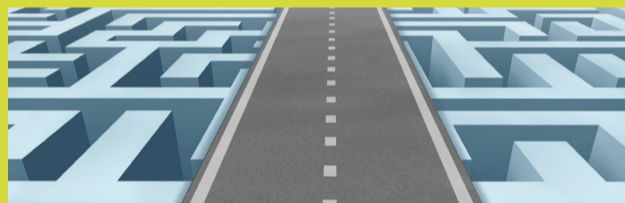
Daarnaast ligt de tijd dat onze werkgever of de overheid voor ons zorgen steeds verder achter ons. Mensen zullen in de toekomst vaker wisselen van baan of als zzp-er hun diensten aanbieden. Dit maakt het kunnen 'varen' op eigen kracht steeds meer een noodzaak.

#### Hoe gaat het in zijn werk?

Allereerst vindt er een vrijblijvend kennismakingsgesprek plaats, hierbij maak jij kennis met Zeelenberg en wij met jou. Indien dit gesprek aangrijpingspunten voor een mogelijk programma biedt en er een klik tussen jou en ons is, kan jouw programma van start gaan.

Alle oefeningen of trajecten die je tijdens het traject voorgeschoteld krijgt, worden op jouw situatie toegespitst. Dit betekent dat ieder Eigen Kracht Programma er op onderdelen anders uit ziet. Toch is er wel een rode draad, een gemeenschappelijke fasering van het geheel, die op de volgende bladzijde wordt uitgelegd onder het kopje 'Opbouw van jouw programma'.

Gedurende het gehele traject worden er workshops en/of werksessies aangeboden aan de deelnemers van Eigen Kracht Programma's. Thema's van de workshops kunnen zijn: het uitwisselen en gebruiken van elkaars kennis en kracht, netwerken hoe doe je dat?, 'storytelling' of 'hoe begin ik voor mijzelf?'.



#### Opbouw van jouw programma

- 1: Intake en inventarisatie
- 2: Onderzoekende, intern gerichte fase
- 3: De praktijk, extern gerichte fase

##### Fase 1: Intake en inventarisatie

Elk programma begint met een uitgebreide intake. Bij de intake maak je kennis met je vaste begeleider als mentor. Dit wil niet zeggen dat je tijdens het traject alleen met deze persoon te maken krijgt, maar wel dat hij of zij jouw aanspreekpunt is en vanuit ons verantwoordelijk is voor jouw programma.

##### Fase 2: Onderzoekende, intern gerichte fase

Vervolgens start de onderzoekende, intern gerichte fase, waarbij jij samen met ons aan de slag gaat om jouw eigen kracht te ontdekken en tot bloei te laten komen. Dit doe je samen met jouw vaste begeleider aan de hand van gesprekken, oefeningen en opdrachten.

Voorbeelden van onderdelen die hierbij aan bod kunnen komen zijn: Coaching, opstellen van jouw biografie, feedback halen en brengen, inspiratiesessies, kernkwaliteiten en scenariodenken qua toekomst-mogelijkheden.

Aan het einde van deze fase start er een profielonderzoek waarbij jouw talenten, valkuilen en ontwikkelperspectief in beeld worden gebracht. Dit wordt afgenomen door één van onze gespecialiseerde en NIP-gecertificeerde psychologen om kwaliteit en privacy te waarborgen. Het onderzoek bestaat uit allerlei vragenlijsten, gesprekken en een afsluitend rapport.

Deze fase van het programma is het meest intensief en veelomvattend, het heeft een looptijd van vier tot zes maanden en eindigt met een concreet actieplan.

##### Fase 3: De praktijk, extern gerichte fase

Hierna volgt de laatste fase, in deze fase ga je jouw eigen kracht benutten om deze in te zetten op jouw werkplek of arbeidsmarkt. Dit doe je aan de hand van het eerder opgestelde actieplan. Hier ga je de uitdaging aan met jouw buitenwereld. Hierbij wordt je vanzelfsprekend door ons ondersteund, heel praktisch, door aanvullende training (bijvoorbeeld: solliciteren, cv-updaten, etc.), rollenspellen en voortgangsgesprekken, al naar gelang jouw behoefte.

#### Zeelenberg

Zeelenberg | adviseurs voor mens en organisatie is een gerenommeerd bureau in het publieke domein. Wij hebben inmiddels een uitstekende naam opgebouwd, onder ander op het gebied van werving & selectie en loopbaanbegeleiding.

Ons bureau werkt vanuit meerdere locaties in Nederland.



#### Meer weten?

Voor vragen of meer informatie kan je contact opnemen met ons bureau via +31 (0)73 - 61 20 655 of via een e-mail bericht aan [welkom@zeelenberg.nl](mailto:welkom@zeelenberg.nl).

Verdere informatie kan je ook vinden op onze site:

**[www.zeelenberg.nl](http://www.zeelenberg.nl)**

Bezoekadres: Koningsweg 9, 5211BD, 's-Hertogenbosch