

De eerste verdieping Opleidingen is al bijna 20 jaar een gerenommeerd opleidingsinstituut in leiderschap, ontwikkeling, zelfmanagement en professionele communicatie. We zijn gespecialiseerd in het verbeteren van iemands kansen en mogelijkheden in werk en loopbaan. Met een team van 40 bevoegen trainers/opleiders, coaches en ondersteuning verzorgen we dagelijks opleidingen op onze eigen opleidingslocaties in Delft en Zoetermeer. Met zeer ervaren en professionele trainers die theorie en praktijk verbinden en verschillende methodieken zodat je de weg kan kiezen die precies bij jou past.

Onze opleidingen dringen snel door tot de kern en zijn toegankelijk, bruikbaar, professioneel, inspirerend en verdiepend. Je krijgt daarmee een heldere en ruime blik op jezelf, je werk, ontwikkeling, gezondheid, vitaliteit, mogelijkheden, kwaliteiten, communicatie, (persoonlijk) leiderschap en loopbaan. Groeien en ontwikkelen doe je door te leren en oefenen, maar vooral door je te richten op het teweegbrengen van verandering bij jezelf. Wij bieden naast een theoretisch kader ook praktische handvatten en inzichten om effectiever en steviger in het leven en werk te staan. Wij leren je kijken naar je eigen gebruiksaanwijzing om dingen wel voor elkaar te krijgen, in je kracht te staan en los te laten wat allemaal niet zou kunnen.

Instromen en doorstromen in de opleidingen kan op drie levels zodat je je eigen ontwikkelpad kan volgen op jouw manier en tempo. Met veel praktische inzichten en technieken op het gebied van de methodieken NLP, Systemisch Werk en Body Mind. Daarnaast bieden we drie verschillende Coach-opleidingen en een Trainersopleiding voor mensen die zich op basis van deze methodieken willen ontwikkelen in 'professionele begeleiding', zowel een-op-een als met groepen.

De Level 1 Systemisch Werk 1 opleiding is voor medewerkers, leidinggevenden, zzp'ers, ondernemers en werkzoekenden die zichzelf en hun werk serieus nemen. Ze willen zich ontwikkelen op gebieden als zelfmanagement, (persoonlijk) leiderschap, vitaal werken, professionele communicatie, samenwerking en zelfvertrouwen. Bijvoorbeeld omdat ze hun mogelijkheden en kwaliteiten willen ontdekken, krachtiger in werk willen staan, carrièrekansen willen vergroten, loopbaankeuzes willen maken die echt bij hen passen en een goede werk-privé balans willen.

De opleiding is zowel voor mensen uit kleine en grote organisaties zoals het bedrijfsleven, onderwijs, de overheid en (paramedische) zorg, als voor kleine en grote ondernemers, zzp'ers, werkzoekenden en mensen die willen re-integreren.

Voor leidinggevenden, coaches, trainers en 'begeleiders van mensen' in de breedste zin is deze methodiek bij uitstek een krachtige tool die je helpt om mensen veel beter te begrijpen en te begeleiden waarbij je inventieve vaardigheden, technieken en interventies leert om ze te helpen ontwikkelen.

De Systemisch Werk 1 opleiding geeft je een diepe kijk op je patronen. In allerlei contexten maar zeker ook in werk kom je die tegen. Als het goed is, geeft dit energie, inspiratie en betekenis. Maar wat als je op je werk stagnatie ervaart? Waardoor het wellicht meer voelt als vermoeid, routine, ballen in de lucht houden? Soms gaat zo'n fase vanzelf over, maar vaak voel je wel dat het tijd is om een nieuw proces in gang te zetten voor je persoonlijke ontwikkeling.

De opleiding Systemisch Werk 1 helpt je daarbij. Hoe? Door te kijken welke patronen je van jongs af aan hebt meegekregen, bewust maar vooral onbewust. Die maken dat je nu nog doet wat je doet en die maken dat je in je huidige leven reageert zoals je reageert, en daarmee de resultaten boekt zoals je ze boekt. Bij Systemisch Werk 1 leer je de systeemdynamieken uit je eigen familiesysteem en die van anderen herkennen. Vaak kopiëren we die heel onbewust ook naar ons werksysteem waardoor je steeds weer in dezelfde valkuilen stapt. Te hard werken, je steeds maar schuldig voelen, niet genoeg zelfvertrouwen, alles willen controleren, te veel stress, of juist steeds maar met kracht en een grote waffel je door dingen heen bluffen. Allemaal patronen die energieverlies geven. Energie die je in kan zetten voor positieve dingen, om je werk vorm te geven zoals je het echt wil.

In je kracht staan, je eigen plek nemen, een gezonde balans tussen geven en nemen krijgen, inzicht in sturing van je eigen kwaliteiten en onhandigheden, beter begrijpen van jezelf, anderen en de organisatie, zijn allemaal onderdelen waar je wat mee kunt in deze opleiding. Op onze website staat het uitgebreide programma van deze opleiding beschreven.

Naast alles wat er in de opleiding wordt aangereikt, speelt ook het groepsverband een grote rol in het leereffect. Juist door in een groep gezamenlijk en intensief te leren, te merken hoe anderen op jou reageren en door eerlijk feedback te krijgen, kom je tot grotere inzichten.

De opleiding is gericht op diepgaand jezelf leren kennen en je persoonlijk leiderschap vergroten. Voor je werk, carrière en kansen op de arbeidsmarkt zal dit je ondersteunen in de ontwikkeling en verbetering van onder andere de volgende kerncompetenties:

- Zelfmanagement, zelfbeeld en (persoonlijk) leiderschap
- Samenwerking en communicatie
- Flexibiliteit, omgevingsbewustzijn en aanpassingsvermogen
- Zelfvertrouwen, zekerheid, assertiviteit, kracht en verantwoordelijkheid
- Feedback geven en ontvangen
- Vitaliteit, stressmanagement en werk-privé balans
- Leer- en ontwikkelstrategieën (eventueel faal- en leerangst aanpakken)
- Creatief, out of the box, oplossingsgericht en probleem-analyserend denken
- Leiderschaps- en managementvaardigheden waaronder conflicthantering, onderhandelen, coachend leidinggeven, feedback geven en delegeren van taken en verantwoordelijkheden



Praktische zaken

- Hieronder vind je een aantal praktische zaken. Alle details over actuele data, locatie en prijs van de opleiding, betalingstermijnen, opties of hoe in te schrijven, vind je op onze website.
- De opleiding bestaat uit 8 opleidingsdagen (van 10.00 tot circa 17.00 uur) verdeeld over 4 opleidingsblokken van 2 dagen. De opleidingen vinden plaats op onze eigen vaste opleidingslocaties in Delft of Zoetermeer.
- De opleiding wordt gegeven door 2 ervaren hoofdtrainers en de groep wordt extra ondersteund door minimaal 3 assistent-trainers/coaches. Er is veel ruimte en aandacht voor jouw ontwikkeldoelstellingen en persoonlijke leerproces.
- Tussen de trainingsblokken door is er intervisie in een kleine oefengroep en is het altijd mogelijk om tussendoor contact te hebben met een van de trainers. Daarnaast krijg je toegang tot de besloten whatsappgroep van de opleiding, de literatuurlijst, podcasts en ingesproken oefeningen zodat je je tussentijds en na de opleiding kan blijven ontwikkelen en professionaliseren.
- De actuele opleidingsprijs vind je op onze website en is vrij van BTW en inclusief (digitaal) studiemateriaal, lunch, koffie, thee en optioneel een persoonlijk adviesgesprek met een van de trainers. Indien gewenst is er voor particulieren betaling in 4 termijnen mogelijk.
- Nog geen 100% zekerheid? Omdat de opleidingen snel vollopen, raden we je dan aan om vrijblijvend je plek te reserveren door een optie te nemen. We nemen contact met je op zodra de opleiding verloopt, waarna je definitief kan beslissen.
- De eerste verdieping is aangesloten bij de Nederlandse Vereniging voor NLP (NVNLP), het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs (CRKBO) en de Nederlandse Raad voor Training en Opleiding (NRTO) en voldoet aan al hun kwaliteits- en professionaliteitseisen. Alle NLP-opleidingen zijn erkend door de NVNLP.