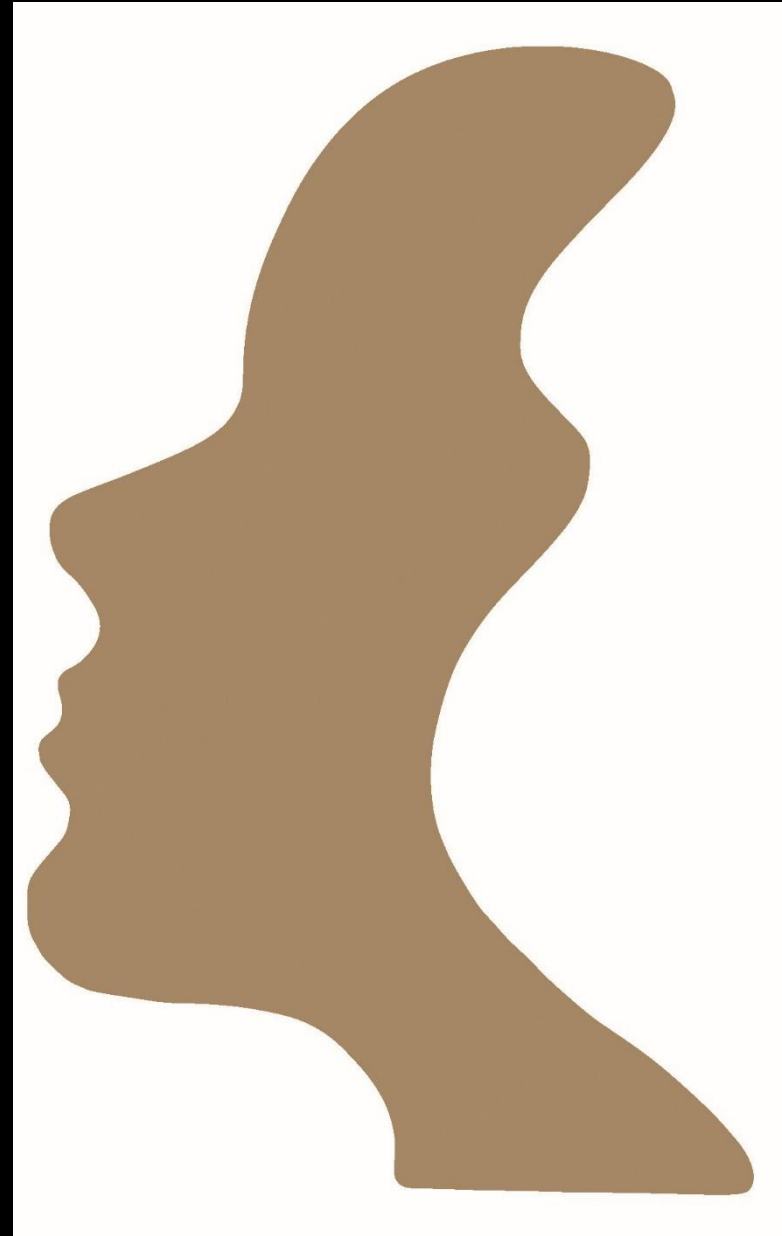


mea

Mezelf en anderen

Training

Comfortzones



Comfortzone?

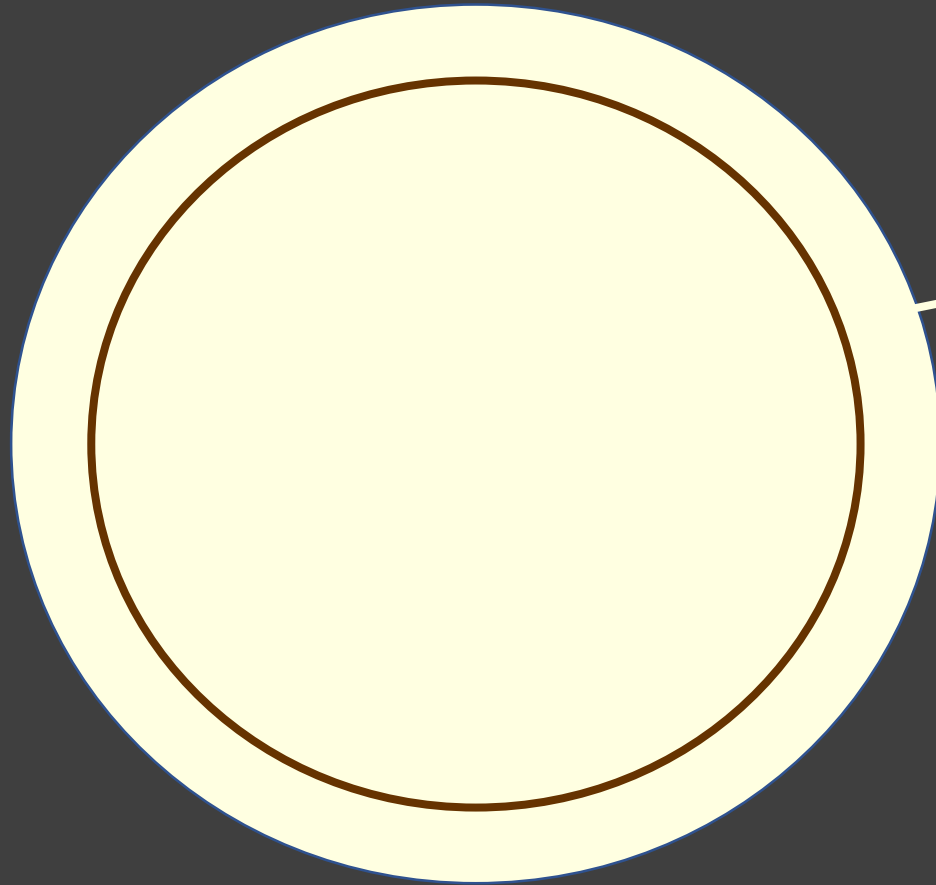
Situatie waarbinnen iemand zich veilig en ontspannen voelt.

Elke werknemer heeft een comfortzone



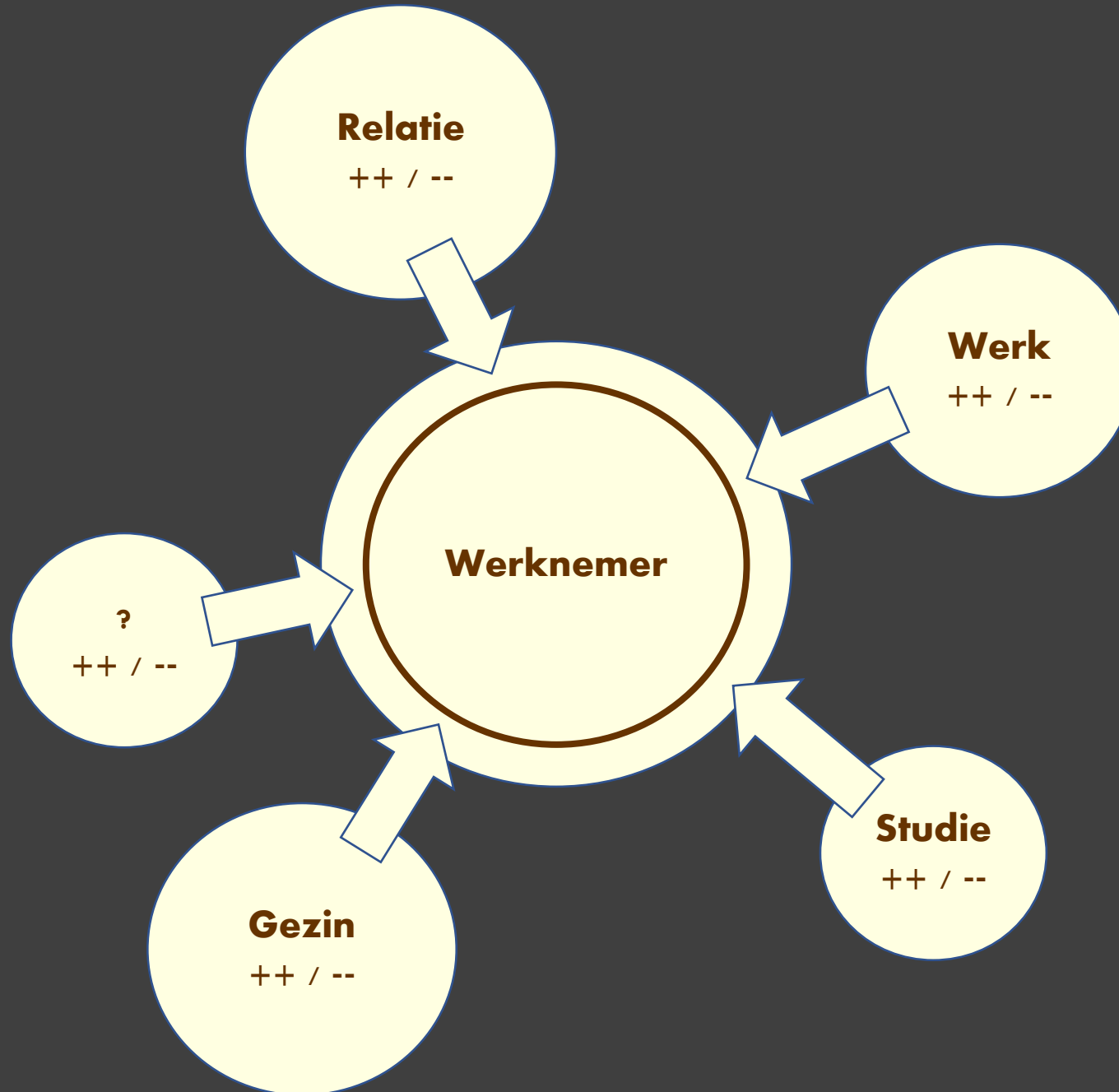
**Flexibele schil maakt
groei mogelijk**

Om de comfortzone heen is er bescherming



Weerbaarheid
(Dikte is per
persoon
verschillend)

Voorbeeld
Druk op de
comfortzone



Hoe meer druk
hoe lastiger
groeien is!

Conclusie

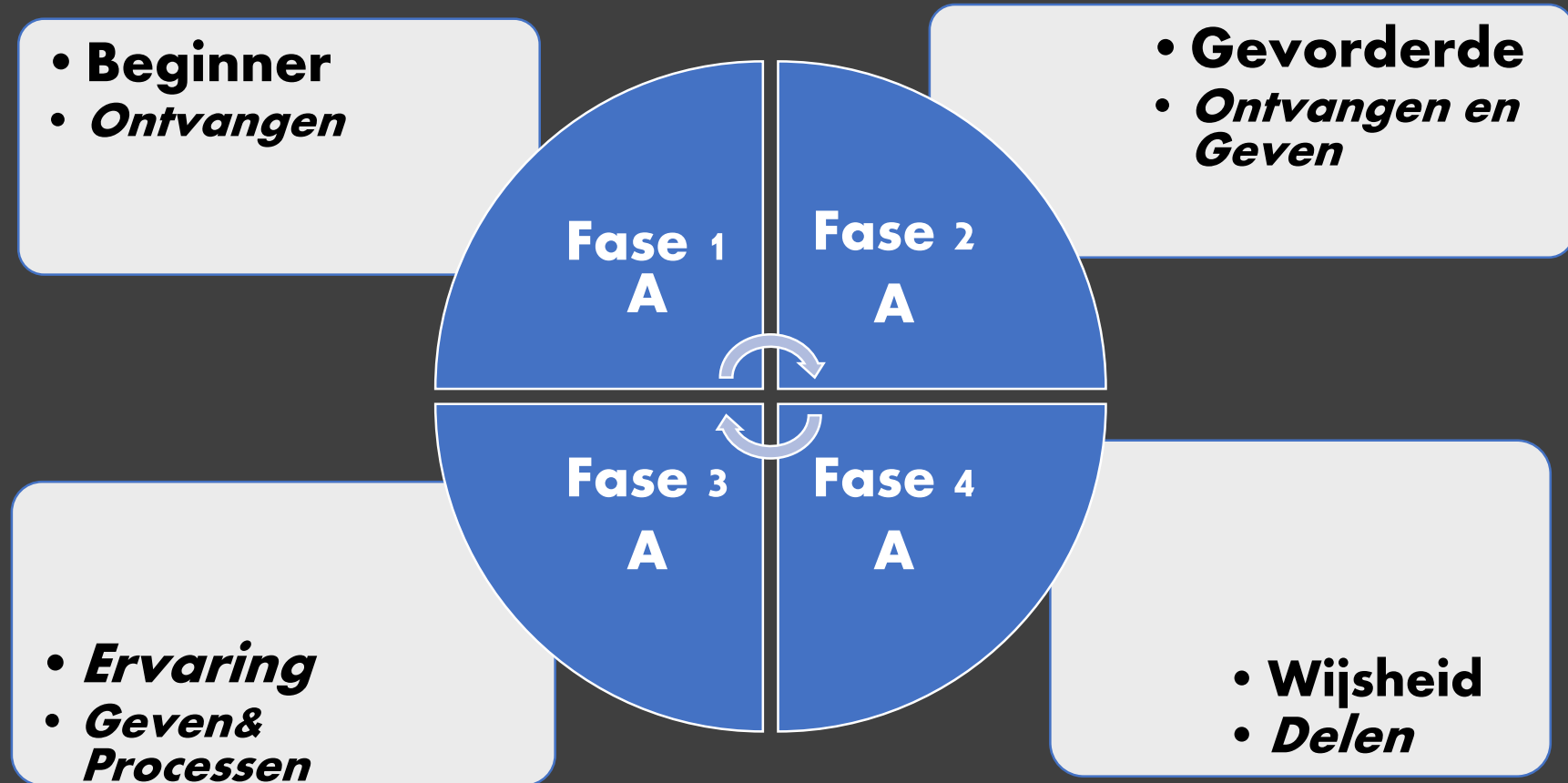
- *Comfortzone: situatie waarbinnen elke werknemer zich veilig voelt.*
- *Groei komt van binnen uit mits ++ eigenschappen aangesproken worden.*
- *Groei kan versterkt of geremd worden van buitenaf.*
- *Er is bescherming: weerbaarheid.*

Samenwerken?

*Werknemers hun comfortzone als geheel,
één gezamenlijke comfortzone.*

Groeien of niet doe je samen!

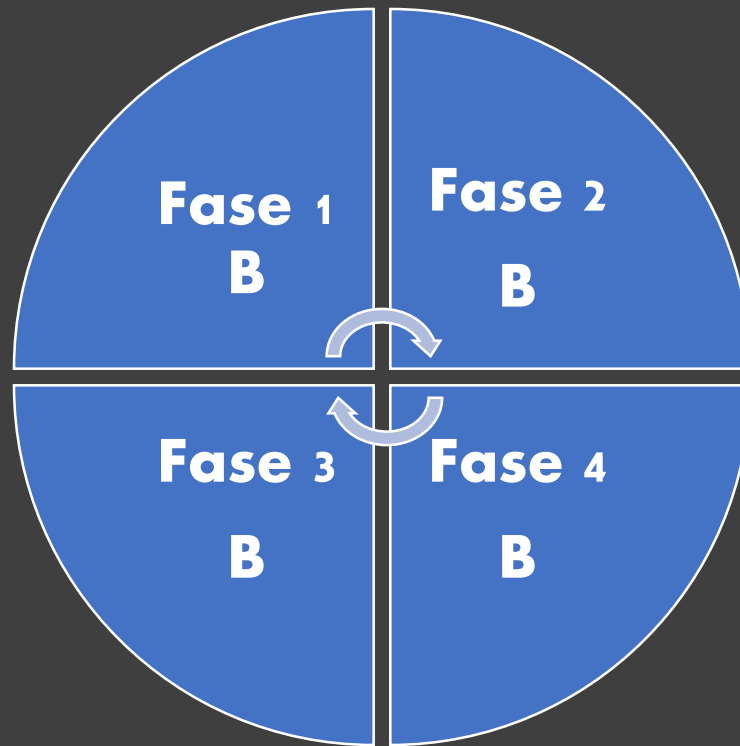
Er zijn 4 herkenbare fasen. Elk met eigen thema.



Herkenbaar gedrag in prestaties, arbeidsethos, communicatie, feedback en nog veel meer.

WAARSCHUWING !

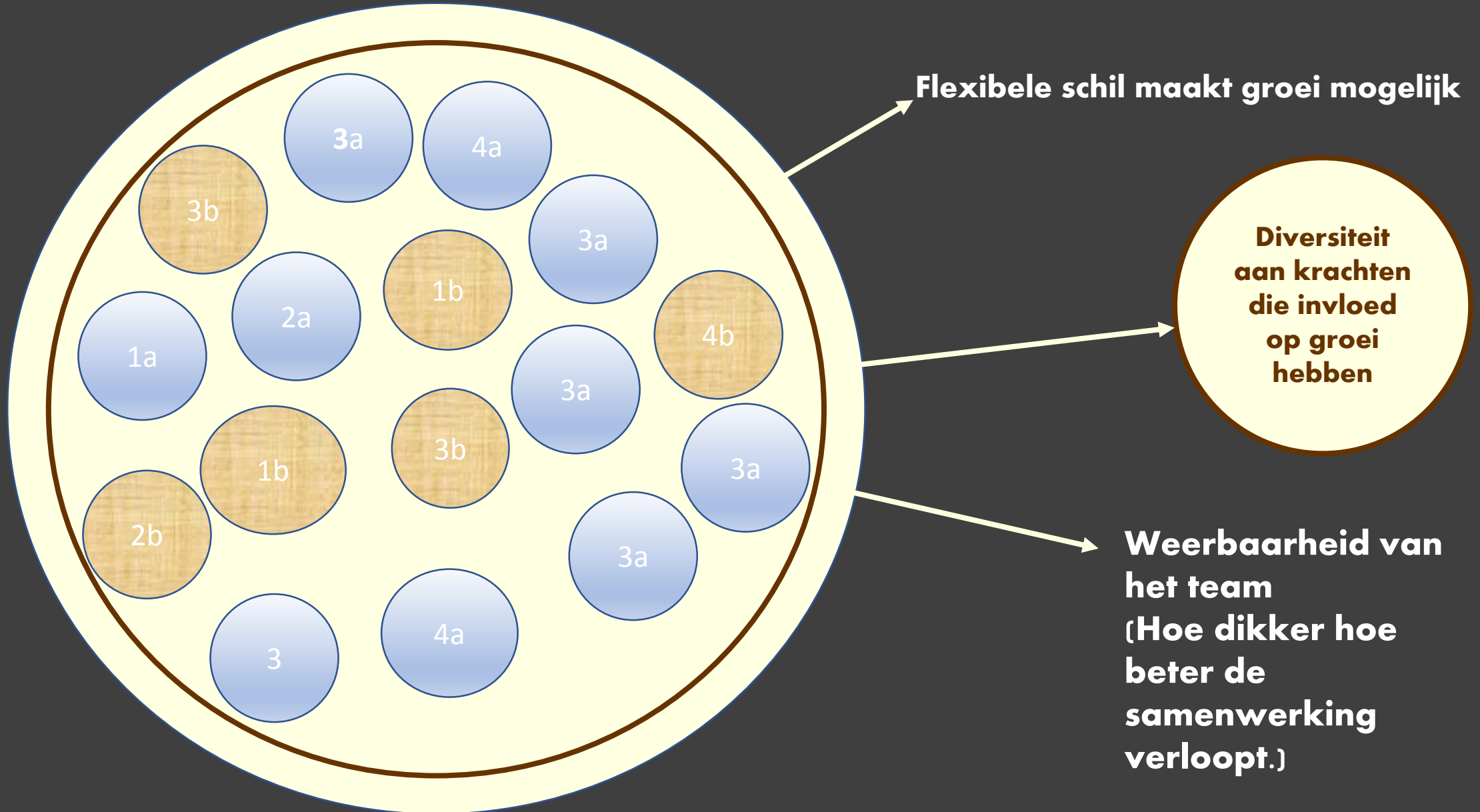
Elke fase van de comfortzone heeft een schaduwzijde.



Voordeel → Herkenbaar gedrag → Frustratie!

Herkenbaar gedrag in prestaties, arbeidsethos, communicatie, feedback en nog veel meer.

Voorbeeld Teamcomfortzone: geheel is som der delen



Deze training maakt het volgende mogelijk:

- ***Persoonlijke reflectie***
- ***Teamreflectie***
- ***Organisatiereflectie***

Voor wie?

Teams en managers om:

- *Inzicht te krijgen in gedrag van werknemers*
- *Inzicht te krijgen in samenwerken*
- *Inzicht te krijgen in teamsamenstelling*
- *Cultuurverandering in te zetten*
- *Burn-out preventie/ziekte verzuim verlagen*
- *Teambuilding*
- *Persoonlijke ontwikkeling per teamlid in relatie tot het team in beeld te krijgen*
- *Frustratie om te zetten naar talent*
- *Medewerkers optimaal voorbereiden en begeleiden in de transitie van werkzaamheden*

Opbouw van deze interactieve training

- **Theorie over de comfortzones**
- **Persoonlijke comfortzone uitgelicht (zelfreflectie)**
- **Teamcomfortzone uitgelicht**
- **De invloed van de persoonlijke comfortzone in het team**
- **De samenstelling van de comfortzone van het team toegelicht (teamreflectie)**
- **De rol van de organisatie bij de teamcomfortzone (organisatiereflectie)**
- **De Quick-Win**

Comfortzone van de trainer

25 jaar teamlid

Waarin alle fasen zelf doorlopen

Teams van binnenuit bestudeerd als teamlid

6 werkgevers

NOBCO Geaccrediteerde coachingsopleiding

Coachings- en trainingsbureau: Mea

mea

Informatie of persoonlijk gesprek:

 **06-47303809**

 **info@meacoaching.nl**

 **meacoaching.nl**