



Werk-Fit Workout

Programma

Succesvol werken vanuit jouw kracht



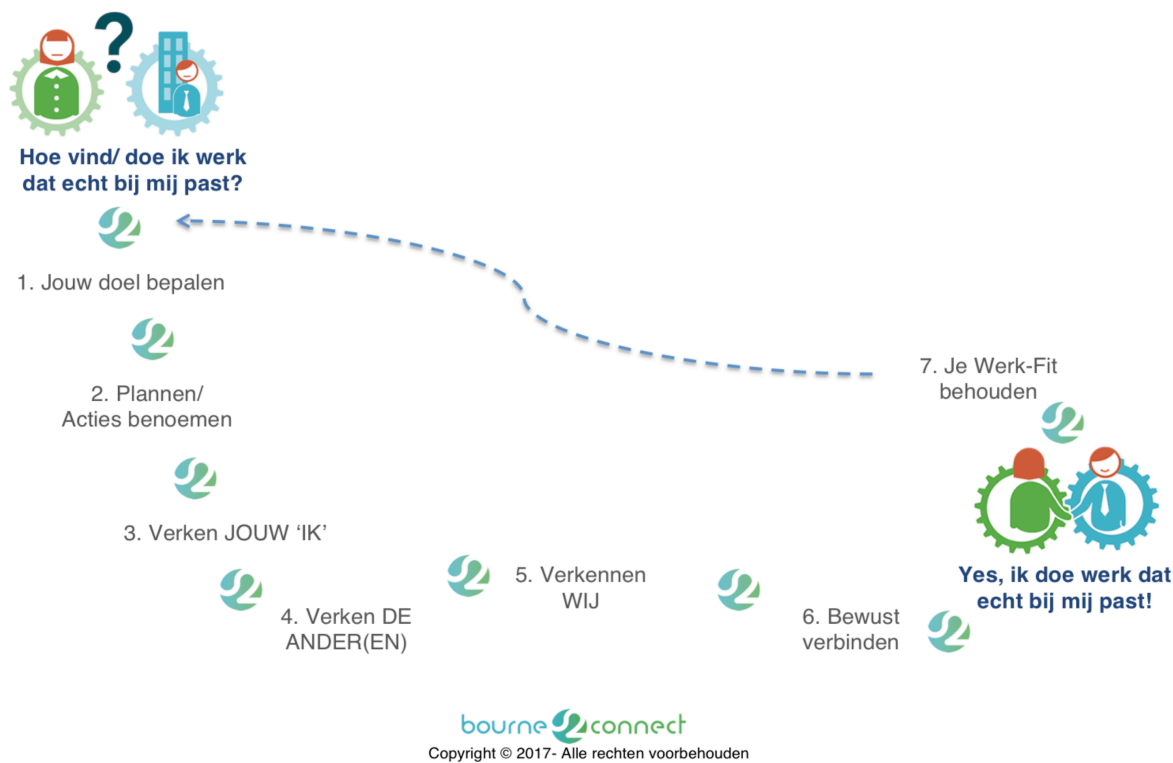
Programma Bourne2Connect Werk-Fit Workout

De Bourne2Connect Werk-Fit workout is het trainingsprogramma voor succesvol werken vanuit je kracht. De basis voor de modules van de Werk-Fit workout is de unieke [aanpak](#) van Bourne2Connect. Deze aanpak bestaat uit zeven basiselementen (Figuur 1) en stappen (Figuur 2) voor succesvol werken vanuit jouw kracht.

Tijdens de Werk-Fit workout gaan we dieper in op deze basiselementen en stappen. Daarnaast gaan we er natuurlijk ook direct mee aan de slag.



Figuur 1 De zeven basiselementen voor werken vanuit je kracht in beeld en woord



Figuur 2 De zeven stappen naar stralen in je werk

De modules van de Bourne2Connect Werk-Fit workout zijn als volgt opgebouwd:

Module 1: focus en actie creëren

(stap 1 en 2 naar stralen in je werk)

Deze module focust op helder voor ogen krijgen waar je heen wil, prioriteiten stellen, plannen maken en concrete acties benoemen. En voor jezelf een 'vangnet' creëren, zodat je jouw doel gaat realiseren.

Je leert in deze module:

- Welke stappen nodig zijn om focus en actie te creëren;
- Waarom deze stappen belangrijk zijn;
- Welke handvatten je kunt inzetten om je doel, plannen en acties te bepalen;
- Wat jouw carrièredoel is;
- Hoe je jouw carrièredoel en acties daadwerkelijk realiseert.

Resultaat module 1:

Je hebt jouw carrièredoel helder voor ogen en weet hoe je jouw doel succesvol realiseert.

Module 2: werk vinden dat echt bij je past

(stap 3 en 4 naar stralen in je werk)

Met deze module vergroot je jouw zelfinzicht en je inzicht in andere partijen die qua werk mogelijk bij je kunnen passen.

Je leert in deze module:

- Welke stappen nodig zijn om werk te vinden dat echt bij je past
- Waarom deze stappen belangrijk zijn
- Wat je van jezelf (IK) weet om werk te vinden dat echt bij je past
- Herkennen wanneer je in je werk op je best bent;
- Wat je van interessante partijen (de ANDER) weet om te bepalen of jullie bij elkaar passen
- Hoe je het inzicht in jezelf (IK) en interessante partijen (de ANDER) vergroot
- Hoe je werk herkent en vindt dat aan jouw wensen voldoet

Resultaat module 2:

Je kent jouw unieke kwaliteiten en carrièrewensen, weet wanneer je in je werk op je best bent. Je weet hoe je ontdekt of het aanbod van een ander daarbij past. Je kunt je sneller en doelgerichter oriënteren naar werk dat echt bij jou past.

Module 3: werk krijgen dat echt bij je past (stap 5 en 6 naar stralen in je werk)

Je weet na voorgaande modules prima welk werk echt bij je past, maar hoe ga je dat werk ook echt te krijgen. Deze module gaat dieper in op het voorbereiden van het contact en echt contact maken met een ander. En hoe je besluit of het voldoende klikt met de ander.

Je leert in deze module:

- Welke twee stappen nodig zijn om werk te krijgen dat echt bij je past;
- Waarom deze stappen belangrijk zijn;
- Welke handvatten je kunnen helpen in voorbereiden en aangaan van contact;
- Hoe je bewust beslist of jij en de ander met elkaar in zee gaan.

Resultaat module 3:

Je kan effectief, succesvol en met meer (zelf)vertrouwen contact maken met interessante partijen. Zowel om verder te verkennen of het voldoende klikt als om tot een besluit te komen dat voor beide partijen goed voelt.

Module 4: blijven stralen in je werk (stap 6 en 7 naar stralen in je werk)

In deze module krijg je inzicht in hoe jij een goede Werk-Fit behoudt. Hoe je checkt of je nog lekker in je werk zit en bijstuurt, zodat je blijft werken vanuit je kracht.

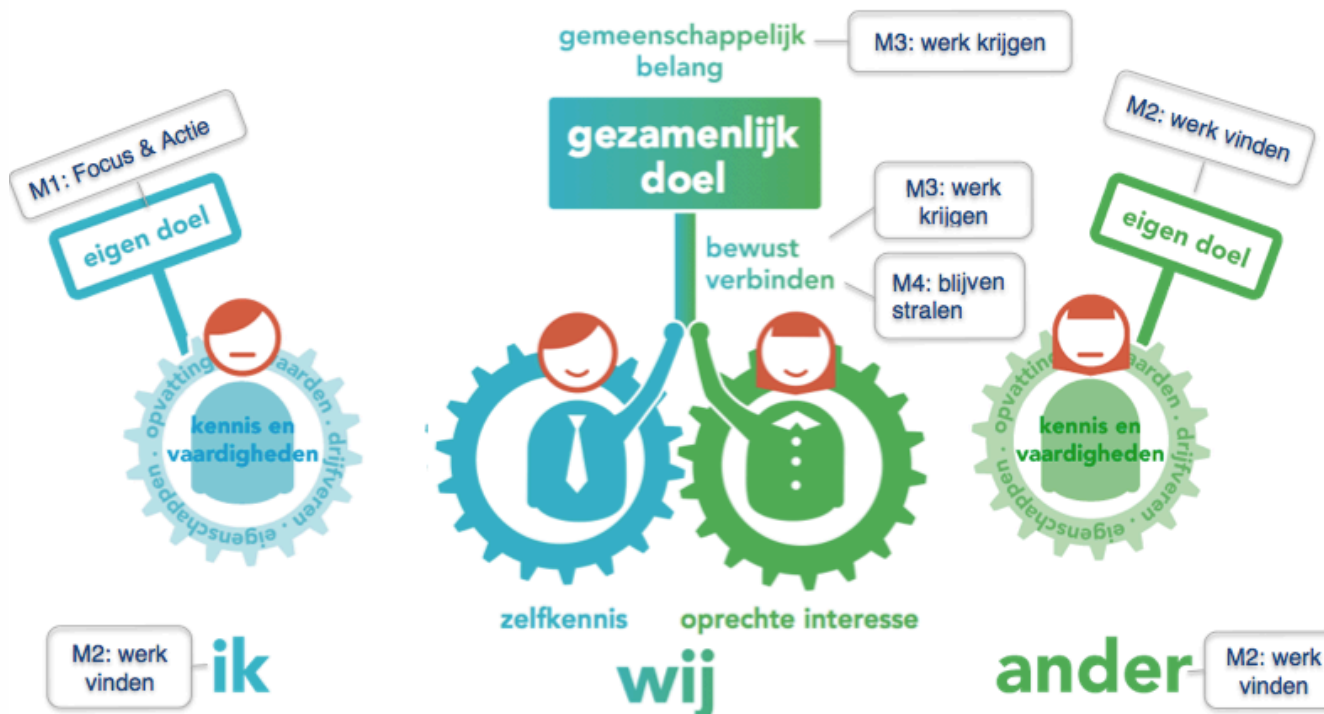
Je leert in deze module:

- Wat nodig is om werk te blijven werken vanuit jouw kracht;
- Waarom het belangrijk is;
- Hoe je (vroegtijdig) kunt bepalen of je nog de juiste werk-fit hebt;
- Hoe je kunt bijsturen om weer een goede werk-fit te krijgen.

Resultaat module 4:

Je weet nu en in de toekomst hoe jij kan (blijven) werken vanuit je kracht. En je kan zelf proactief weer een juiste Werk-Fit bereiken.

Hieronder zie je een overzicht van de modules en de basiselementen van de aanpak.



Figuur 3 Opbouw modules Bourne2Connect Werk-Fit workout in beeld

Wat levert de Bourne2Connect Werk-Fit workout je op?

Tot slot de belangrijkste resultaten op een rij. De Werk-Fit workout geeft je:

- Inzicht in jouw carrièredoel;
- Concrete acties en stappen waarmee je jouw doel realiseert;
- Inzicht in de optimale match tussen jouw kwaliteiten, achtergrond en werk;
- Ervaring met hoe je jezelf laat zien en succesvol contact maakt met een ander;
- Een stevig fundament voor duurzaam werksucces vanuit jouw kracht;
- Meer (zelf)vertrouwen om proactief werk te vinden en doen dat echt bij je past;
- Een waardevolle uitbreiding van je persoonlijke netwerk.

Kortom, het is jouw sleutel naar stralen in je werk door te doen wat echt bij je past!



Meedoen met de Bourne2Connect Werk-Fit workout

Klinkt de Werk-Fit workout je als muziek in de oren? En wil je ook na de zomer blijven stralen in je werk? Maak nu werk van werk dat echt bij je past. Schrijf je in op www.bourne2connect.nl/workout.

Nog vragen?

Heb je na het lezen van dit programma nog vragen? Of wil je toch liever op 1-op-1 aan de slag met werken vanuit jouw kracht? Neem gerust contact op met Nathalie Bourne via info@bourne2connect.nl of 06-45730697.

Op naar een werkweek vol energie!

Nathalie