Verbeta

Veerkracht & Teamontwikkeling: Samen sterk

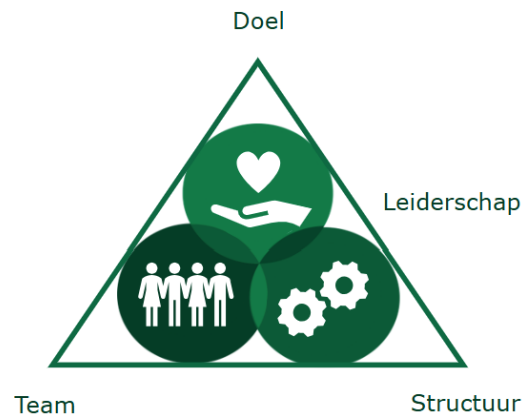
Veerkracht en Teamontwikkeling

In de zorg- en onderwijssector wordt dagelijks een groot beroep gedaan op de professionals die erin werken. Een hoge werkdruk door meer en complexere vraag, samenwerken in variërende samenstelling, emotioneel belastende situaties en continue veranderingen vereisen individuele veerkracht en effectieve teamsamenwerking.

Vanuit Verbeta dragen we bij aan deze uitdagingen om nu en in de toekomst passende en goed geregelde zorg en onderwijs te realiseren. Dit doen we niet alleen door continu- verbeter- programma's en te begeleiden bij uitdagende verandertrajecten, maar ook door mensen en teams houvast te bieden. Houvast om duurzaam en bevlogen inzetbaar te blijven, met de juiste mindset te anticiperen op veranderingen en effectief het werk samen kunnen doen. De twee belangrijke bouwstenen om dit te bereiken zijn: een sterk individu en een sterk team. Het goede nieuws is: dit is te ontwikkelen!

Veerkrachtige en bevlogen medewerkers zijn beter in staat om duurzaam spanning en uitdagende omstandigheden te beheersen. Dit draagt niet alleen bij aan hun gezondheid en motivatie, maar vermindert tevens het risico op kortdurend of langdurend (ziekte)verzuim. Veerkracht reikt echter verder dan een abstract begrip, het vertaalt zich naar tastbare voordelen: medewerkers die optimaal kunnen functioneren en zich prettig voelen in hun vel en hun werkomgeving. Dit heeft een direct effect op het team als geheel. Wanneer medewerkers zich veerkrachtig voelen, ondersteunen ze elkaar en gaan ze gezamenlijk uitdagingen aan. Dit versterkt de onderlinge verbondenheid, verhoogt het werkplezier en leidt tot een productieve en duurzame samenwerking met blijvende resultaten.

Onze Filosofie



Individuen en teams excelleren wanneer zij gezamenlijk toewerken naar een **gemeenschappelijk doel**, opereren vanuit een **stevig individueel- en teamfundament** en worden ondersteund door **structuren** die samenwerking bevorderen.

Duurzame en bevlogen inzetbaarheid begint bij het **individu**. Wij zetten in op het proactief vergroten van individuele veerkracht door het ontwikkelen van mindset, jezelf zien als belangrijke hulpbron en het aanleren van praktisch toepasbare tools.
Medewerkers die stevig in hun schoenen staan, gaan beter om met spanning en veranderingen. Hierdoor dragen zij bij aan hun eigen welzijn en versterken zij tevens het team als geheel.

Om deze veerkrachtige professional heen werken we aan een sterk en optimaal werkend **team** door het versterken van gezamenlijke richting, teamcohesie, vertrouwen, communicatie en teamsamenwerking. We werken aan open communicatie, wederzijdse ondersteuning en het benutten van elkaars kennis- en kwaliteiten.

Effectief leiderschap zorgt voor gezamenlijke richting, de juiste routines en een open cultuur waarin individuen en teams kunnen groeien. Leiderschap begint bij zelfleiderschap. Wie ben je als leider en hoe vertaal je je eigen waarden en principes en die van de organisatie naar de teams en afdelingen?

Onze filosofie is helder: Door proactief te investeren in de veerkracht van het individu, de kracht van het team en inspirerend effectief leiderschap, realiseren wij een cultuur van samenwerking en veerkracht die leidt tot het behalen van doelen, meer bevlogenheid en het verbeteren van prestaties op de korte en lange termijn.

Onze trainer en coaches

Onze trainers beschikken over uiteenlopende ervaring en expertise om teams optimaal te begeleiden. Naast onze eigen Verbeta-trainers en coaches werken we samen met trainers met een militaire achtergrond. Deze trainers brengen waardevolle en unieke kennis en inzichten mee vanuit hun ervaring in uitdagende omstandigheden. Zij bieden niet alleen praktische handvatten, maar houden teams ook een eerlijke spiegel voor als het gaat om individuele gedragingen en teamprestaties. Samen worden moeilijke en vaak onbesproken onderwerpen direct aangepakt, wat leidt tot daadwerkelijke verandering.

In onze trainingen, coaching en trajecten brengen we een unieke mix van expertise. Naast onze diepgaande kennis van de zorg- en onderwijscontext combineren we inzichten vanuit lean, gedragswetenschap, teamontwikkeling en waardevolle ervaringen uit de militaire wereld.

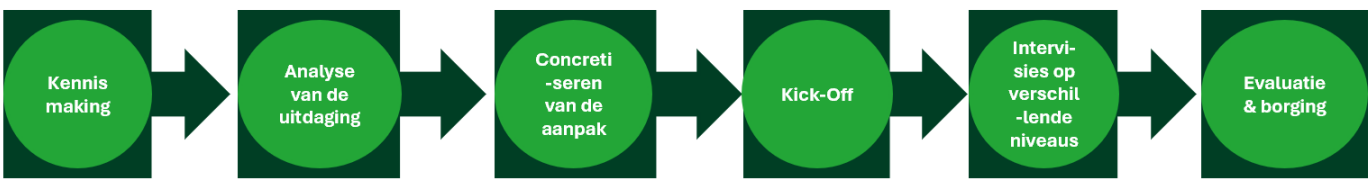
Defensie excelleert in het ontwikkelen van veerkrachtige individuen en teams die optimaal presteren, zelfs onder druk. Deze benadering sluit goed aan bij de zorg en het onderwijs, waar samenwerking, flexibiliteit en het vermogen om onder druk te presteren essentieel zijn. De focus op persoonlijke verantwoordelijkheid en effectieve communicatie en samenwerking is net zo belangrijk in deze sectoren als binnen defensie.

Onze trainingsfilosofie en aanpak

In onze aanpak gebruiken we wetenschappelijk onderbouwde theorieën welke direct zijn toe te passen in de eigen praktijk. We bieden geen abstracte theorieën, maar direct toepasbare tools en methoden.

Onze filosofie daarbij is 'leren door te doen'. Met ervaringsgerichte methodes zoals simulaties, inzet van een VR-bril en escaperooms die in staat stellen om het geleerde op een unieke en interactieve manier direct te ervaren. Door mensen en teams uit hun comfortzone te halen, komen individuele kerngedragingen en teamdynamieken boven. Door op dit gedrag te reflecteren en vertalen naar de eigen praktijk, ontstaan er nieuwe gedragingen. In onze aanpak passen we dit toe door mensen in een andere inspirerende context mee te nemen (binnen en/of buiten!) óf door een actieve en creatieve invulling op de eigen afdeling.

Onze werkwijze begint met een analyse van de huidige situatie en obstakels, waarna we een maatwerktraject opzetten bestaande uit onderdelen die passen bij de hulpvraag en het gewenst effect. We maken hierin gebruik van verschillende typen interventies (coaching, training, intervisie) op diverse niveaus (individueel, team, leider) en hulpmiddelen met en zonder onze aanwezigheid. Wij hebben oog voor het ontwikkelen van mindset, het aanleren van kennis- en vaardigheden, creëren van gewoonten en een ondersteunende structuur en werkomgeving die helpend is bij de beoogde ontwikkeling.



Onze Diensten, werken naar een maatwerktraject

Met de onderstaande training- en coaching componenten maken wij een traject op maat waarbij meerdere interventiemomenten worden ingepland. Of het nu gaat om het versterken van veerkracht, het verbeteren van teamdynamiek of het ontwikkelen van effectief leiderschap, wij zorgen voor een geïntegreerde aanpak die aansluit bij de specifieke behoeften en doelen van de organisatie.

Training Veerkracht in je werk

Deze training biedt teams zes praktische en essentiële vaardigheden waarmee medewerkers beter kunnen omgaan met spanning en uitdagende situaties. Dit stelt hen in staat om optimaal te presteren en hun veerkracht te ontwikkelen, ongeacht de omstandigheden.

Tijdens de training werken we aan het ontwikkelen van de volgende vaardigheden:

- Doelen te stellen – Het formuleren van heldere en effectieve doelen om focus en motivatie te versterken.
- Visualisatie toe te passen – Mentale beelden te gebruiken als voorbereiding en ter verbetering van prestaties.
- Aandachtscontrole te versterken – Bewust je focus sturen in het dagelijks werk om energieverlies en afleiding te verminderen.
- Grip te krijgen op gedachten – Negatieve gedachten herkennen en omzetten naar helpende gedachten.
- Energiemanagement te optimaliseren – Je energie in evenwicht brengen door bewuste ademhaling en gerichte ontspanningstechnieken
- Actie Reflectie te benutten – Met behulp van de Hot Debrief-methodiek gestructureerd leren van ervaringen, gevoelens uiten en verbeterpunten identificeren

Training teamsamenwerking: samen sterk! (outdoor praktijkdag)

Een succesvolle samenwerking begint bij vertrouwen. In deze training ontwikkelen teams de vaardigheden die nodig zijn om hun onderlinge samenwerking te versterken en constructief met conflicten om te gaan. Door met elkaar actief aan de slag te gaan en te reflecteren op gedragingen is er ruimte voor kwetsbaarheid en neemt het vertrouwen binnen teams toe. Dit draagt bij aan een positieve werksfeer en verhoogde prestaties. Deze training is ook beschikbaar in een outdoor variant, waarbij teamontwikkeling op een extra actieve en inspirerende manier wordt versterkt.

Tijdens de training werken we aan het ontwikkelen van de volgende vaardigheden:

- Vertrouwen op te bouwen – Open en eerlijke communicatie te stimuleren, waarbij kwetsbaarheid als kracht wordt gezien.
- Constructief te conflicteren – Verschillende perspectieven te benutten om tot beter onderbouwde besluiten te komen.
- Betrokkenheid te vergroten – Duidelijke afspraken te maken en zich hieraan te committeren.
- Verantwoordelijkheid te nemen – Elkaar aan te spreken op gedrag en gezamenlijke doelen.
- Resultaatgericht te werken – De focus te leggen op collectieve teamdoelstellingen boven individuele belangen.

Training Leiderschapsrollen

Effectief leiderschap begint met voorbeeldgedrag. In deze training ontwikkelen leidinggevenden de vaardigheden om hun team te inspireren, ondersteunen en motiveren. Ze leren de vier verschillende leiderschapsrollen kennen en oefenen met het toepassen van deze rollen in verschillende situaties. Het doel van de training is om leidinggevenden handvatten te geven om met zelfvertrouwen aan de slag te gaan met hun team om uiteindelijk de prestaties te bevorderen.

Tijdens de training werken we aan het ontwikkelen van de volgende vaardigheden:

- Coachen – Teamleden effectief begeleiden in hun professionele en persoonlijke ontwikkeling.
- Managen – Duidelijke richtlijnen bieden en zorgen voor efficiëntie en resultaatgericht werken.
- Leiderschap tonen – Inspireren en motiveren door visie en voorbeeldgedrag.
- Professioneel handelen – Verantwoordelijkheid nemen, doeltreffende beslissingen maken en het team versterken.

Coaching on-the-job

Coaching on-the-job richt zich zowel op teamdoelen als veerkracht. Teams krijgen een eerlijke spiegel voorgehouden over hun prestaties en leren effectief omgaan met uitdagingen, energie beheren en focus behouden. De input uit de bovenstaande trainingen kan hierbij direct worden doorgezet naar de coaching on-the-job. Dit wordt gecombineerd met gestructureerde methodieken, zoals stand-ups, werkoverleg en projectmanagement, om de efficiëntie en slagkracht van het team te vergroten.

Workshops

Omgaan met weerstand
Wanneer verandering zich aandient, ontstaat er vaak weerstand. Je hoort dan reacties zoals "we doen dit altijd al zo" of "ik heb daar geen tijd voor." Dit is een natuurlijk en gezond fenomeen. In deze workshop leer je hoe je weerstand kunt begrijpen en er actief mee aan de slag kunt gaan. We duiken in voorbeelden van weerstand uit jouw dagelijkse praktijk en behandelen vragen zoals: Hoe kun je weerstand herkennen, hoe anticipeer je erop en hoe ga je er effectief mee om?

Deep Democracy
Hoe zorg je voor meer draagvlak en acceptatie bij besluitvorming binnen je team? In deze workshop leer je hoe je de wijsheid van de minderheid benut door álle invalshoeken boven tafel te krijgen. Je ontdekt hoe je inclusieve besluitvorming kunt bevorderen en tegelijkertijd zorgt voor meer betrokkenheid en acceptatie bij jouw teamleden. Dit vergroot de effectiviteit van beslissingen en de samenwerking binnen je team.

Focus
Wil je meer rust, grip op je werkzaamheden en een voldaan gevoel aan het einde van je werkdag? In deze workshop combineren we de beproefde methoden uit het beroemde boek Getting Things Done van David Allen met praktische technieken voor het verbeteren van focus. Je leert hoe je je agenda, mailbox en taken effectief organiseert en uitvoert, zodat je overzicht behoudt, productief blijft en je werkdag met een voldaan gevoel kunt afsluiten.

Veranderboodschap
Effectieve communicatie is essentieel om veranderprocessen succesvol te laten verlopen. In deze workshop leer je hoe je aansprekende communicatie kunt ontwikkelen die zoveel mogelijk mensen 'aan boord' krijgt. We richten ons op het verbinden van de 'harten en hoofden' van je collega's, zodat ze de veranderboodschap niet alleen begrijpen, maar er ook daadwerkelijk in geloven en ermee aan de slag gaan.

Coaching vaardigheden
Wil je je team of collega's effectief ondersteunen in hun groei? In deze workshop leer je praktische technieken en benaderingen om als coach op de werkvloer een positieve impact te maken. We richten ons op het verbeteren van communicatie, het stellen van de juiste vragen en het geven van feedback die helpt bij persoonlijke en teamontwikkeling.

Contactinformatie

Voor meer informatie of een vrijblijvend adviesgesprek, neem contact op met Stef Vermeulen via telefoon: 013-5947671 of per e-mail: info@verbeta.nl.