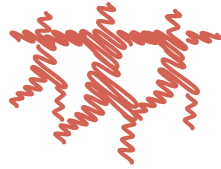


# LTC



**mens en organisatie  
samen in beweging**



LTC heeft haar dienstverlening 25 jaar geleden opgezet om mensen en organisaties in hun ontwikkeling te stimuleren en motiveren. In onze aanpak staat het vergroten van bewustzijn en eigen verantwoordelijkheid centraal. Onze kracht is om mensen, teams en organisaties zelfbewust in beweging te brengen en te verbinden. Op een praktische en inspirerende manier. We werken met een lichaamsgerichte methode en nemen de mensen mee in de leefgebieden: lichaam, hoofd, gevoel en zingeving. Naast de gevoeldswereld oefenen we ook effect uit op cognitief- en gedragsniveau. Onze programma's zijn onderzoekend. Verwacht geen pasklare antwoorden, we laten je liever ervaren en bieden stof tot nadenken.

Wetenschappelijk onderzoek van de Rijksuniversiteit van Groningen en doorlopende klanttevredenheidsonderzoeken bewijzen het LTC-effect. Ook op langere termijn. Deelnemers worden zich bewust van eigen talenten en mogelijkheden. Hervinden de balans, hebben meer zelfvertrouwen en staan open voor hun omgeving.



### eigen regie

Natuurlijk ben je zelf aan zet om voor je vitaliteit te zorgen. Dat weet je wel, maar doe je het ook? En als het even niet lukt om goed voor jezelf te zorgen, welke handvatten heb je dan om stappen te zetten? Wat kan en doe je zelf en wat heb je nodig van je omgeving?



### organisatiecultuur

Een positieve en open werkomgeving is nodig om mensen goed hun werk te laten doen. Maar als er op dit moment 'gedoe' is en het werk gaat niet zoals je het graag zou willen, welke stappen heb je dan te zetten?

**LTC gelooft dat een blijvende gedragsverandering optreedt als jij én het hele systeem in beweging komt. Wetenschappelijk onderzoek, waaraan we hebben bijgedragen, toont dit aan.** Eigen regie gaat over verantwoordelijkheid nemen voor je eigen toekomst, zelf het stuur in handen nemen, keuzes maken en tot acties komen. Om bij te dragen aan de gewenste verandering leer je als leidinggevende, maar ook als organisatie uitnodigend te zijn.



### Eigen regie model\*

In dit model wordt de dynamiek zichtbaar van een medewerker die zelf in beweging komt binnen een organisatie. In die beweging komen het individu en de organisatie elkaar tegen.

Hoe dat krachtenveld er voor een medewerker uitziet kan met de zeven gedragsaspecten van het Eigen regie model goed zichtbaar gemaakt worden. Ook laat het model zien wat de beste triggers zijn voor structurele gedragsverandering. En, laten we ons vooral realiseren dat dit model een boeiende paradox introduceert, waarbij we proberen van buitenaf te sturen op de eigen regie van mensen.

### Eigen Regie model\*

ontwikkeld i.o.v. Zilveren Kruis  
door prof. Tinka van Vuuren,  
drs. Mathilde Lub en drs. Lotte Mintjes  
© Zilveren Kruis [2016]

### Hoofdconclusie

De hoofdconclusie is dat drie van de zeven gedragsaspecten positief verbonden zijn aan eigen regie, aan doen en volhouden:

- ▷ ik ben bewust
- ▷ ik wil
- ▷ ik mag

Daarmee zegt het onderzoek eigenlijk dat mensen die een goed ontwikkeld zelfbewustzijn hebben, goed weten wat ze willen ook de mensen zijn die goed hun eigen regie nemen. En mensen die een positieve en stimulerende cultuur ervaren (ik mag) voeren meer regie dan mensen die dat niet ervaren. Deze drie werkwoorden, je zou het ook ingangen kunnen noemen, vormen daarmee concrete handvatten om aan de slag te gaan met eigen regie.

## voorbeeldig leiderschap

Als de organisatie van medewerkers meer eigen regie verwacht, betekent dat voor de leidinggevende een aangepaste rol. Een coachende en uitnodigende houding leidt tot meer initiatief bij teamleden. Ook vertrouwen en loslaten zijn belangrijke kwaliteiten. Maar hoe doe je dat als leidinggevende in een context waarin ook overzicht en controle van je wordt gevraagd? Je komt al snel in de paradox van 'sturen op Eigen regie'. LTC biedt je handvatten om stevig je rol te pakken in dat speelveld.

### Voor wie?

Je bent leidinggevende en je wilt graag dat jouw medewerkers gebruik maken van hun zelfsturend, zelflerend en zelfoplossend vermogen.

### 3 routes naar eigenaarschap

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat je mensen via drie krachtige routes kunt versterken:

- ▷ bewustzijn
- ▷ intrinsieke motivatie 'ik wil'
- ▷ organisatiecultuur 'ik mag'

Aan de hand van het Eigen regie model bieden we inzicht en werkvormen aan die jouw patronen helder maken. Je oefent en ervaart hoe jouw leiderschap het verschil maakt in de mate waarin je teamleden in beweging komen.

### Je leert meer over...

- ▷ hoe mens en context elkaar beïnvloeden als het gaat over verantwoordelijkheid nemen

- ▷ de mate waarin je zelf regie neemt en hoe dat wordt beïnvloed door je aannames en overtuigingen
- ▷ jouw communicatie en het effect daarvan op de ander

### Je bent in staat om...

- ▷ meer verantwoordelijkheid bij het team neer te leggen
- ▷ zelfsturing en eigenaarschap binnen je team te vergroten door jouw 'voorbeeldig leiderschap'
- ▷ gedragspatronen binnen je team signaleren en bespreekbaar maken

### Praktische informatie

- ééndaagse training incompany of op locatie
- groepsgrootte 8 tot 10 personen
- korting mogelijk via collectieve verzuimregeling Present
- € 3.020,- excl. BTW

“ ik kan zien hoe mijn eigen overtuigingen ervoor zorgen dat ik er soms te veel bovenop zit ”

## eigen regie en samen beslissen

**Natuurlijk wil je de kracht van je team zo goed mogelijk benutten. Daarvoor zet je het persoonlijke doel van de medewerker centraal en is het team de inspirerende bedding waarin groei kan plaatsvinden. Maar de praktijk is weerbarstig. En soms schuren jouw plannen en patronen met die van anderen. Hoe voorkom je dat je gaat duwen of juist afhaakt? Hoe leg je de bal steeds weer in het midden?**

### Voor wie?

Jullie zijn een team dat een volgende stap wil zetten. Ofwel omdat de huidige situatie niet meer klopt, danwel omdat jullie willen doorgroeien.

### Wat bieden we?

Op basis van het wetenschappelijk Eigen regie model bieden we twee losse dagdelen met een keuze uit de volgende bouwblokken:

- ▷ zelfreflectie met behulp van het bewustzijnsmodel van Alan Seale
- ▷ opstelling in het Eigen regie model om in de vier kwadranten te ervaren waar voor jou als persoon en jullie als team de lichten op groen en op rood staan
- ▷ wil-doe oefening om transparant te maken hoe trouw je bent aan jezelf (doe ik wat ik wil en wil ik wat ik doe?)
- ▷ ieder teamlid formuleert zijn/haar persoonlijk ontwikkeldoel
- ▷ contactoefening in dialoog om te ervaren hoe trouw aan je eigen doel en volop in verbinding kan blijven

### Je kent...

- ▷ het spanningsveld tussen je persoonlijke leerdoel en de context van de groep
- ▷ je eigen kwaliteiten en valkuilen in het bereiken van je doel

### Je kunt...

- ▷ vertellen wat je persoonlijke leerdoel is en waarom dit belangrijk voor je is
- ▷ in de dagelijkse teamdynamiek contact houden met jezelf én met je teamleden voor het behalen van jullie doelen

### Praktische informatie

- compact teamproces (twee losse dagdelen) incompany of op locatie
- groepsgroote 8 tot 10 personen
- € 2.250,- excl BTW

“ ik heb altijd een keus, ik moet gewoon doen ”

# LTC



**kantoorlocatie**

Burg. Roelenweg 13  
postbus 1507  
8001 BM Zwolle

**Tel** 088 422 94 22

**E-mail** [info@ltctraining](mailto:info@ltctraining)

**Internet** [www.ltctraining.nl](http://www.ltctraining.nl)