



YodTum Persoonlijk Leiderschapstraject (YPL)

Organisatie : Hogeschool Inholland
Programma : YodTum Persoonlijk Leiderschapstraject (YPL5) start oktober 2021
Datum : 16 februari 2022
Groep van : 8 deelnemers

1. Met welk cijfer (1 tot 10) beoordeel je:

a. de trainingsbijeenkomsten 8,0
(helaas i.v.m. Covid was het noodzakelijk 3 van de 4 bijeenkomsten via zoom te organiseren)

b. de individuele coaching 8,5

2. Met welk cijfer (1 tot 10) beoordeel je trainer/coach:

Erna Berghuizen 8,6

3. Met welke doel schreef je je in voor deze training?

- Eigen kracht duidelijk krijgen en van daaruit kunnen werken. Begrijpen waarom ik dingen doe en handel;
- Ontdekken hoe ik een stap vooruit kan komen / kan durven zetten door meer zelfkennis;
- Persoonlijke ontwikkeling, bewust worden van handelen;
- Ontdekken wat mijn persoonlijke drijfveren zijn en hoe die impact hebben op mijn (professionele) leven;
- Ik wilde zien hoever ik was met het ontwikkelen van mijzelf na een coachtraject;
- Inzicht krijgen in mijn persoonlijke stijl van leiding geven, inzicht en bewustzijn in hoe ik acteer en waarom ik acteer;
- Ik voelde 'iets' maar wist niet exact wat. Dat wilde ik ontdekken;
- Ik was nieuwsgierig of ik mijn levensdoel, zoals dat in de trainingsdetails beschreven, ook zou kunnen vinden. Een beetje op zoek naar mijzelf.

4. Wat ben je je gewaargeworden en wat heb je geleerd tav jouw doelstellingen?

- Het is duidelijk waar acties vandaan komen en hoe ik dit zelf in de hand heb. Ook dat het mijn keuze is om er iets anders mee te doen;
- Geleerd wat triggers zijn die vanuit angst komen, die herkennen en om te zetten naar een situatie waar ik vanuit kracht kan opereren;
- Geleerd wat mijn valkuil is en inzicht in mijn krachten;
- "Zet de reality check in" bij het vishaakje;
- Geleerd dat mijn innerlijke kracht echt belangrijk is, dat ik nog steeds bij kan leren en door ontwikkelen;
- Vooral inzicht in de onderkant van mijn YodTum; bewust zijn van mijn angsten en overlevingssysteem. Wat eerder zo logisch en makkelijk voor mij was, maar waar ik geen weet van had, dat het te maken had met mijn grootste verlangen en grootste angst;
- Stiekeme arrogantie is wat ik voelde;
- Vooral dat wat ik met mijn eigen gedrag veroorzaak. Dat ik, om mij veilig te voelen, anderen mijn wil/mening opleg. Maar ook dat wat ik als gewoon ervaar, juist heel bijzonder is.

5. Wat heeft het programma je verder gebracht?

- Bewustwording en overzicht van wat/wie ik ben. Maar ook kán zijn als ik dit ga toepassen;
- Geleerd hoe anderen denken, opereren;



- Dat je samen / in een groep problemen kunt delen, dat er overlap is waar mensen mee worstelen;
 - Positief gevoel van saamhorigheid, ook al kom ik hier vooral voor mezelf;
 - Beter beeld gegeven in waarom ik soms doe zoals ik doe. Toch nog meer zelfvertrouwen;
 - Ik ben beter gaan luisteren naar signalen in mijn lichaam, dus eerder herinneren en er ook naar handelen. Bewustwording is mijn ontwikkeling dat wat ik anders kan doen door meer te acteren vanuit mijn innerlijke kracht;
 - Nog meer duidelijkheid in mijn doen en laten en waarom ik dingen doe zoals ik ze doe.
 - Dat ik contact heb gezocht met mijn vader na ruim 20 jaar, en dat hij niet 1 maar zelfs 2 keer al heeft gebeld en dat we binnenkort elkaar ook fysiek gaan zien!
6. Hoe heb je het proces ervaren waar je doorheen bent gegaan?
- Prettig, confronterend, intensief. Duidelijke stappen om ergens te komen;
 - Vraagt werk maar levert ook wat op;
 - Duidelijk, gestructureerd. Ook wel chaotisch in mijn hoofd;
 - Ik had meerwaarde aan de individuele coaching dus de ruimte voor individuele coaching had voor mij nog groter mogen zijn;
 - Als fijn, ingewikkeld en niet vanzelf, maar in een goede manier;
 - Fijn, prettig, open, mezelf kunnen zijn. Een mooie zoektocht. Soms ook moeilijk om verbinding te leggen tussen boven en onderkant;
 - Duidelijk in het begin, verwarrend halverwege, helder aan het eind.
 - Het was soms best lastig, wat is dan mijn grootste verlangen en mijn grootste angst? Vooral omdat je thuis zit en niet even makkelijk met een collega tijdens de bijeenkomst kan sparren. Het online samenkomen maakte het voor mij soms lastiger om bij mijn kern te komen. Het scherm zorgde dan toch voor wat afstand. Maar het heeft mij zeker stof tot nadenken gegeven.
7. Zou je deze training aanraden aan je collega's van Inholland? Zo ja waarom/ zo niet, waarom niet?
- Ja, bewustwording van eigen acties/kracht en waar dat vandaan komt;
 - Ja, jezelf beter kennen = beter kunnen leven/werken
 - Ja, om bewust te worden van eigen angsten en het handelen naar deze angsten;
 - Ja, zeker, bewustwording van eigen processen zou bij iedere professional geregeld terug mogen komen;
 - Zeker, het kan je helpen in je zoektocht naar wie je bent en wat je wilt. Hoe je wilt doen;
 - Ja.
 - Ja
 - Ja, zeker. Het is mooi om zelf, maar ook met elkaar het gesprek te voeren over wie je bent (of denkt te zijn) en hoe je dus met je eigen gedrag ook op het werk in stand houdt.
8. Als je jouw collega's deze training aan zou willen raden, wat zou je dan precies vertellen wat ze eraan zouden kunnen hebben?
- Helpt om inzicht te krijgen, erachter te komen waarom je bepaalde dingen doet. En dat je hier zelf op kan handelen;
 - Ja, jezelf beter kennen = beter kunnen leven/werken
 - Jezelf beter leren kennen en een betere / relaxtere 'leider' te worden
 - Word je bewust van je eigen YodTum en krijg daarmee meer grip op je eigen krachten en stiekeme arrogantie;
 - Dat je leert om te herkennen waarom je doet wat je doet. Simpel maar ...;
 - Inzicht en bewustwording van je innerlijke kracht en natuurlijk leiderschap en hoe je hier verder in kan groeien;
 - Duidelijkheid in waarin je regelmatig vastloopt.
 - Wat ik hierboven net beschreef, dat je dus denkt te handelen met de beste intentie, maar dat je daarmee dus je eigen grootste angst in stand houdt. Dat het goed is om dit te gaan onderzoeken!
9. Met welk cijfer (1-10) beoordeel je de locatie (gebaseerd op de laatste bijeenkomst)? 7,7
- Een beetje ver, maar een toplocatie.
 - Bereikbaarheid in kleiner dorp is minder
 - Ben er helaas maar 1 keer geweest, maar vond het een prettige plek.



10. TIPS?

- Ga zo door! De langste reis is de reis naar binnen en daarin helpen is van waarde!
- Bedankt!
- Door Inholland laten opnemen in het inwerkprogramma voor nieuwe collega's. Ik denk dat het voor iedereen een mooie ontdekkingsreis kan zijn.
- Een vervoltraject lijkt mij persoonlijk heel mooi. Nog meer verdieping, of werken aan wat issues kan geen kwaad 😊
- Veel dank!