



CURIOUS **YOU**

GROEIEN DOOR TE VERANDEREN

EN VERANDEREN DOOR TE GROEIEN

In-company trainingen en workshops



# THE WAY TO BUSINESS HAPPINESS

Het succes van sterke merken is altijd terug te voeren naar de mensen die er voor werken. Tevreden klanten en goede bedrijfsresultaten zijn het resultaat van de inspanningen, talenten en persoonlijkheid van de medewerkers. Zij zetten zich in voor het realiseren van de ambities en de merkbeloftes van de organisatie.

Immers, de beste resultaten worden behaald met actieve, gemotiveerde en gelukkige medewerkers. Die optimaal presteren, zich betrokken voelen en hun enthousiasme daarover als ambassadeur delen met hun omgeving.

CuriousYou helpt bij het vergroten van de kracht van organisaties via hun mensen: in verbinding, prestaties, communicatie en resultaat. Wij geven trainingen en workshops die medewerkers stimuleren het beste uit hun zelf te halen. Door nieuwsgierig te zijn en zich bewust te worden van wat beter kan. Met als doel verandering realiseren.

CuriousYou werkt vanuit een holistische visie met een 5-dimensionale aanpak (mentaal, emotioneel, sociaal, fysiek en zingeving). We bieden trainingen aan op locatie, maar ook maatwerk programma's bij onze opdrachtgevers in huis. Precies afgestemd op ieders wens en behoefte.

## Curious?

Bel of mail, we komen graag langs voor een gesprek!

### Linda Eriksen

+ 31 (0)6 27071616  
linda@curious-you.nl



### Philo Hermans

+ 31 (0)6 41705299  
philo@curious-you.nl



### Malou Cinanni

+ 31 (0)6 19092038  
malou@curious-you.nl





## IN-COMPANY TRAINING

Werken aan een gelukkigere bedrijfscultuur?

Een cultuur die past bij je organisatie en de mensen die er werken? In 3 stappen kom je tot een cultuur die verbindt, waar medewerkers zich gelukkig voelen en geïnspireerd zijn om hun bijdrage te leveren.

## IN 3 STAPPEN NAAR BUSINESS HAPPINESS

Hoe ervaren medewerkers het om bij jouw organisatie te werken? Wat inspireert en motiveert hen? Hoe duidelijk is het waar de organisatie voor staat en wat ieders toegevoegde waarde daarin is? Waar zijn jullie sterk in en waar is ruimte voor verbetering?

Door medewerkers onderdeel te maken van dit proces, is succes vrijwel gegarandeerd. Zij zijn de 'living assets' van de organisatie en het belangrijkste onderdeel van de cultuur.

Welke 3 stappen gaan we zetten?

1. **Analyseren;** middels een nulmeting waarbij de medewerkers optimaal worden betrokken
2. **Bouwen;** bepalen wat beter kan en dan praktisch, hands-on aan de slag
3. **Continueren;** sparren, monitoren en blijvend inspireren.

Met als resultaat bewuste en betrokken medewerkers die werken aan de bedrijfsdoelstellingen én zichzelf kunnen ontwikkelen.



## MANAGEMENT DRIVES

Steeds meer organisaties lijken moeite te hebben in beweging te komen. De 'drive' ontbreekt. De spirit is weg. CuriousYou verbetert middels de methode van Management Drives de performance van organisaties door mensen te laten inzien waar ze energie van krijgen.

## VERSTERK JE LEIDERSCHAP DOOR INZICHT IN DRIJFVEREN

Wordt er binnen jouw organisatie gewerkt met steeds minder bezieling? Dan is het tijd voor verandering. In onze visie is zo'n verandering alleen blijvend als ze vanuit de kracht van mensen plaatsvindt. De binnenkant die we in eerste instantie niet zien bepaalt immers wel het uiteindelijke gedrag.

Door mensen inzicht te geven in hun eigen en andermans drijfveren en gedrag, zijn we in staat mensen in hun kracht te zetten. De inzichten die wij verstrekken staan veelal aan de basis van groei in persoonlijke effectiviteit en verbetering van de performance van teams en organisaties.

CuriousYou is gecertificeerd partner van Management Drives. Met deze unieke methode testen en kijken we naar personen, teams en organisaties.



Management Drives   
mastering leadership

### INFO

Kosten: € 495, - ex btw p.p.  
Incl. profielboek en persoonlijke uitleg van het profiel.

Kosten teamprofielen afhankelijk van de groepsgrootte

# HET NIEUWE LEIDERSCHAP

CuriousYou helpt bij het ontwikkelen van leiderschapskracht, het realiseren van (persoonlijke) groei en het doorbreken van stagnatie. Wij maken unieke leiderschapsprogramma's op maat vanuit een holistische visie: je krijgt meer inzicht in jezelf door persoonlijke bewustwording.

Samen werken we aan de volgende resultaten:

- persoonlijk leiderschap: authentiek, eigenmachtig en verantwoordelijk
- vertrouwen, verbinden en synergie
- verandervermogen
- resultaatgerichtheid

De inzichten die wij verstrekken staan aan de basis van groei in persoonlijke effectiviteit en performance. Het gaat hier over het nieuwe leiderschap. Het vanuit de kracht van mensen leiden van een organisatie. Tijdens het programma maken we gebruik van de Management Drives methode.

Ook ga je door middel van mindmappen jezelf in kaart brengen. Met als doel: 5-dimensionale bewustwording (mentaal, emotioneel, sociaal, fysiek en zingeving) waardoor persoonlijk leiderschap en focus op werkzaamheden sterk toeneemt.

## INFO

Kosten: € 1995,- ex btw p.p.  
Incl. test Management Drives,  
profielboek en persoonlijke  
uitleg van het profiel.

Tijdsduur: 3 x 1 dag plus een  
halve dag groepstraining  
Plus individueel gesprek (1,5 uur)

Aantal deelnemers: maximaal 16

Management Drives   
mastering leadership 



## WORKSHOPS

Nieuwsgierig zijn, onvermoede talenten ontdekken, verrassende kansen zien en intellect combineren met creativiteit. CuriousYou biedt workshops die op 5 dimensies (mentaal, emotioneel, fysiek, sociaal en zingeving) je team prikkelen.

## ZET JE MEDEWERKERS IN HUN KRACHT

Doen waar je goed in bent en daar nog beter in worden maakt mensen gelukkiger en meer betrokken. Investeren in de groei van medewerkers is daarom heel waardevol.

Staan jouw medewerkers in hun kracht, worden hun talenten ten volle benut? Hoe zit het met jullie fun factor? Is er ruimte voor nieuwsgierigheid, avontuur, creativiteit en innovatie?

Wij helpen je met onze workshops, zoals Teambuilder 2.0, effectief en energiek vergaderen en communiceren op basis van voorkeurszintuigen. Waar nodig krijgen je medewerkers individuele handvatten om de puntjes op de i te zetten en zo (nog) meer energie en plezier te krijgen in hun werk. Samen maken we van je medewerkers cheerleaders en de motor van je organisatie.

Onze workshops zijn geschikt voor kleine en grotere groepen.



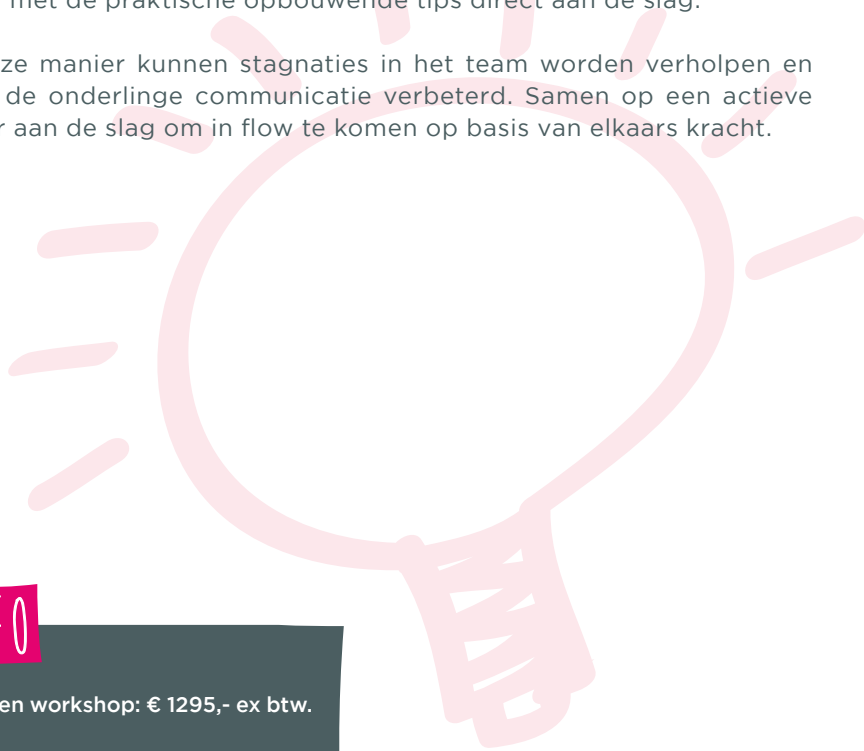
workshop

## TEAMBUILDER 2.0

Wat weet je eigenlijk van elkaar als team? Hoe goed ken je elkaar? Hoe kom je als team in flow zodat alles lijkt te lukken, je succesvol bent en je je goed voelt? Door elkaar beter te leren kennen ontstaat er meer begrip waardoor samenwerking en persoonlijke resultaten toenemen.

Door middel van een actieve speeddate met gerichte vragen ontstaan veel nieuwe inzichten. Ieder komt met positieve feedback uit de sessie en kan met de praktische opbouwende tips direct aan de slag.

Op deze manier kunnen stagnaties in het team worden verholpen en wordt de onderlinge communicatie verbeterd. Samen op een actieve manier aan de slag om in flow te komen op basis van elkaars kracht.



### INFO

Kosten workshop: € 1295,- ex btw.

Tijdsduur: een dagdeel, 3 uur  
Aantal deelnemers: maximaal 16



# EFFECTIEF COMMUNICEREN

Leer jezelf en anderen beter kennen. Er ontstaan nogal eens communicatieproblemen doordat je niet begrijpt hoe je collega, je klant, je manager maar vooral ook jezelf in elkaar steekt. Je hebt namelijk een voorkeurszintuig waarop je (veelal onbewust) reageert in communicatie.

Als je weet hoe jij en de ander in elkaar zitten, kun je bewust (leren) de ander op dat voorkeurszintuig te benaderen. Dat maakt de communicatie zoveel makkelijker en plezieriger! Je voelt je namelijk gezien en gehoord en dat wil uiteindelijk iedereen.

Je wordt getest op je voorkeurszintuig, we oefenen veel, leren van elkaar en je krijgt een praktische manual mee om jezelf thuis te trainen zodat je op je werk beslagen ten ijs komt.

Dat levert dubbel voordeel op:

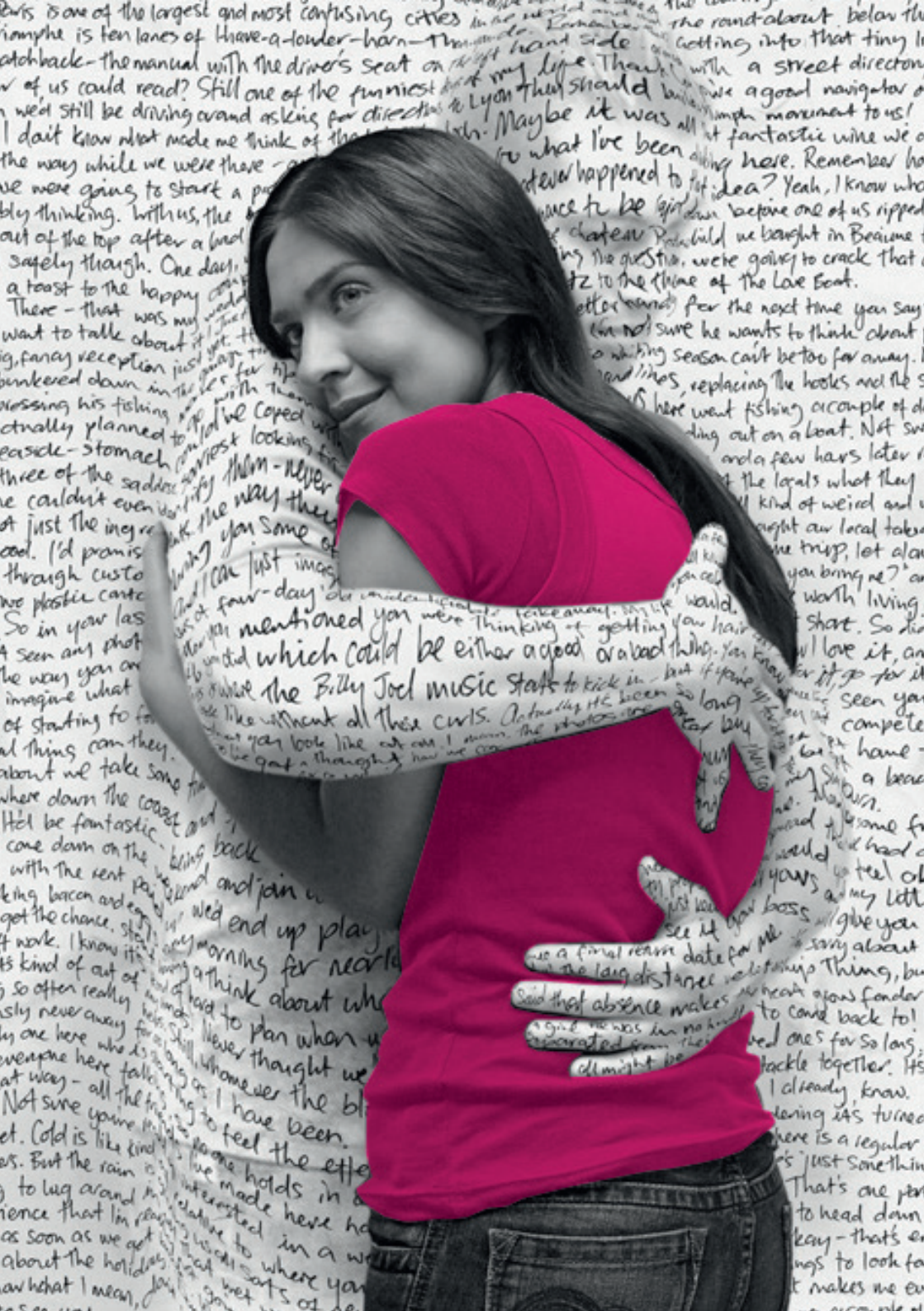
1. Jezelf beter begrijpen
2. Met je collega's en klanten makkelijker communiceren

## INFO

Kosten workshop: € 1295,- ex btw  
Incl. Voorkeurszintuigentest en manual.

Tijdsduur: 2,5 uur

Aantal deelnemers: maximaal 16





workshop

## ACTIEF LUISTEREN

Luisteren lijkt zo makkelijk, maar goed luisteren vraagt meer. Om je als medewerker in te leven in de wensen en verlangens van je (interne en externe) klant of collega moet je zelf in de huid van de ander kunnen kruipen, je identificeren, echte belangstelling hebben, verbinding maken en vervolgens de relatie uitbouwen.

Door je te identificeren met de ander en jezelf de vragen te (laten) stellen die je ook de ander zou stellen 'ervaar' je wat er in dat proces gebeurt. Door die ervaring zal identificatie en verbinding maken met anderen makkelijker, en vooral bewuster gaan.

Doel van de workshop is echt leren luisteren en je leren inleven in de ander waardoor communicatie effectiever, efficiënter en empathischer verloopt. We doen dit op basis van de \*Dr. Thomas Gordon-methode.



*\* De Amerikaanse psycholoog Dr. Thomas Gordon ontwikkelde methodes om communicatie tussen ouders en kinderen te vergoten. Zijn communicatievaardigheden zijn gebaseerd op een attitude van liefde en zorg en respect voor de wereld. Zijn 'hinderpalen' zijn alle houdingen die worden aangenomen tijdens gesprekken waardoor van een open communicatie geen sprake meer is.*

### INFO

Kosten workshop: € 1295,- ex btw

Tijdsduur: 2,5 uur

Aantal deelnemers: maximaal 16





workshop

# EFFECTIEF EN EFFICIËNT VERGADEREN

Naast praktische handvatten om efficiënt te vergaderen (rol voorzitter, rol deelnemers, timemanagement, acties) ligt de focus op effectief vergaderen.

Hoe haalt ieder het beste uit zijn denkvermogen?

In te zetten in verschillende situaties:

- Een nieuw project/actie starten
- Voor vastgelopen onderwerpen bruikbare alternatieven ontwikkelen
- Kiezen en weloverwogen besluiten nemen

De Denkstijlen van De Bono is een methode die je denkvermogen vergroot, omdat je leert kijken vanuit een ander perspectief. Het is een model van verschillende, elkaar aanvullende manieren van denken. Elke denkmethode wordt gesymboliseerd door een kleur. Zo is bijvoorbeeld blauw denken het proces in de gaten houden of geel positief, optimistisch en zwart daarentegen pessimistisch en kritisch.

Met elkaar wordt elk onderwerp vanuit een ander perspectief bekeken en vullen deze elkaar aan. Creativiteit wordt optimaal gestimuleerd maar er is ook ruimte voor intuïtie, gevoelens, alternatieve ideeën, het stellen van doelen, resultaten en pragmatische oplossingen.

INFO

Kosten workshop: € 1295,- ex btw

Tijdsduur: 2,5 uur

Aantal deelnemers: maximaal 16

workshop

## MEET & GREET DE CONSUMENT

De klant centraal, willen we dat niet allemaal? Maar doen we dat ook echt? Wanneer ben jij voor het laatst (face-to-face) in gesprek gegaan met je klant. Weet jij hoe je de klant in actie krijgt, wat irriteert en frustreert? Wat prikkelt, inspireert en enthousiasmeert? Ga mee in gesprek met je klanten en leer van hen om je (bedrijfs)doelstellingen te realiseren.

Alle online tools ten spijt, een echt gesprek blijft de beste methode om een klant te begrijpen. Wij brengen je in gesprek met je doelgroep. Daarmee krijg je echte marktkennis. Ga je leren en ervaren wat je klant echt beweegt. Met als resultaat nieuwe inzichten en veel energie.

Wij zorgen voor een gastvrije ontvangst van je team en van je (zorgvuldig geselecteerde) doelgroep. Voor jullie in gesprek gaan, geven we eerst een korte training, zodat je goed voorbereid het gesprek in gaat en zo de beste resultaten genereert. Wij zorgen binnen een week voor een duidelijke rapportage van de opgedane inzichten.

### INFO

Kosten workshop: € 4995,- ex btw

Tijdsduur: 3 uur  
Inclusief korte training vooraf

Aantal deelnemers: maximaal 16





workshop

## MIJN PERSOONLIJKE MISSIE

Kan het leven nog zinvoller en leuker zijn? Jazeker! Tijdens deze workshop breng je jouw talenten en ervaringen in beeld en ga je ze verbinden. Je gaat op zoek naar je persoonlijke doelen en onbewuste behoeften.

Welke doelen zouden dit bijvoorbeeld kunnen zijn:

- hoe zet ik al mijn talenten in?
- hoe stap ik uit mijn comfortzone?
- hoe word ik een goede manager?
- ik wil iets anders doen dan ik nu doe, maar hoe begin ik?

Deze workshop helpt je te ontdekken waar je diep van binnen echt mee bezig bent. We gaan de essentie raken. Het helpt je toekomstverwachtingen zinvol te herzien. Daarnaast is de zoektocht een leuke, inspirerende activiteit op zichzelf.

Wat gaan we doen?

- een digitale speeddate
- een middag mindmappen waarin je jouw nieuwe wereld in kaart brengt
- prikkelende opdrachten om verder aan te werken
- een persoonlijk inspiratiegesprek
- een concreet actieplan met tijdpad

### INFO

Kosten: € 495,- p.p. ex btw.

Tijdsduur :  
Digitale speeddate 15 minuten,  
workshop 3,5 uur  
persoonlijke sessie 1,5 uur

Aantal deelnemers: maximaal 10

## PERSONAL COACHING

Ben je op zoek naar persoonlijke en professionele ontwikkeling? Wil je krachtiger, doelgerichter en effectiever functioneren, zonder in te leveren op persoonlijk geluk? CuriousYou daagt je hiertoe uit: confronterend, persoonlijk en doelgericht.

## (HER)ONTDEK JE KRACHT

Weten wie je bent, waar je staat en waar je naartoe op weg bent; dat vraagt stilstaan en reflectie. Wil je krachtiger en effectiever functioneren? Ben je bereid een kritische blik in de spiegel te werpen?

CuriousYou helpt je inzicht te krijgen in jouw situatie en je reactie hierop. Je leert jezelf beter kennen en ontdekt dat jezelf de sleutel bent tot verandering. We geven je tools om anders met zaken om te gaan. Je kunt de omstandigheden nu eenmaal niet veranderen, maar wel jezelf. Zodat je kunt werken met plezier vanuit kracht, zelfbewustheid, rust en compassie voor alle betrokkenen. We werken vanuit een holistische visie en gaan op 5 dimensies aan de slag: emotioneel, mentaal, sociaal, fysiek en zingeving.

Kies voor coaching bij CuriousYou en (her)ontdek je kracht.

### INFO

Kosten: € 125,- per uur ex btw.  
Intake gesprek gratis.



Coach Philo Hermans heeft een boek geschreven:  
'De wereld draait om jou  
(en dat is niet egoïstisch!)



[www.curious-you.nl](http://www.curious-you.nl)



PRIKKELEN



BEZIELEN



VERBINDEN



TT. Vasumweg 95  
1033 SG Amsterdam



+ 31 627071616



[hallo@curious-you.nl](mailto:hallo@curious-you.nl)

Volg ons op:

