'Hoe je fysiek en mentaal fit blijft en bevlogen het beste uit je talenten kan halen'

Blij(f) Wendbaar

Optimaal Talent ACADEMY

**“Iedereen heeft talent,
maar niet iedereen heeft het talent,
het beste uit zijn talenten te halen.”**

Beste talent,

(On)tevreden of bevlogen?
In hoeverre haal jij het beste uit je talenten? Ben jij weerbaar en toekomstbestendig? Kun jij nog stappen maken in je vitaliteit, wat betreft mentale en fysieke fitheid? Kan jij optimaal omgaan met stress en hoge werkdruk? In hoeverre ben je tevreden of zelfs bevlogen? Uiterst relevante reflectievragen, die je je als professional bij tijd en wijle dient te stellen om wendbaar – in brede zin van het woord – te blijven!

Noodzaak
Overzie de laatste 20 jaar en bedenk ook wat er op ons af komt met digitalisering, mondialisering, automatisering en robotisering. “Dit is geen tijdperk van verandering. Maar een verandering van tijdperk.” Meer dan ooit dien jij bij te blijven en vooruit te kijken. Wendbaar werken is geen *nice to do*, maar *need to do*. Onze suggestie: repareer het dak nu het droog is.

Diamantwijze®: holistische kijk op jezelf
We gaan graag met jou dieper in op welke vlakken jij je wendbaarheid kunt behouden of desgewenst versterken. Dat doen we aan de hand van onze Diamantwijze®. Deze methode biedt je een helikopterview hoe jij jouw (ruwe) diamant kunt slijpen.

Tipje van de sluier release online optimaal Talent Academy
Wij lanceren dit jaar 3 spiksplinternieuwe online trainingsprogramma’s – Talent, Team en Coachend leiderschap – met maar liefst 18 online modules binnen de online Optimaal Talent Academy.

In deze whitepaper lichten we alvast een tipje van de sluier op van het e-learning trainingsprogramma Talent. Binnen dit hele talentprogramma hebben wij zes uitdagende online modules, die gestoeld zijn op de 6 domeinen van jouw wendbaarheid. Met als beoogde uitkomst: hoe jij de beste versie van jezelf kunt worden. Succes met jouw diamant!

Wij wensen je veel leesplezier!
Met hartelijke talentgroet,

Stephen en Viktor Steijger
Namens Team Optimaal Talent



Optimaal Talent
Bouwen aan teams en talent



Wendbaar zijn en doorleren, is eigenlijk het nieuwe sociale zekerheidsstelsel

- Optimaal Talent -

Diamantwijze®: quickscan vitaliteit en wendbaarheid

Met deze 18 vragen QuickScan, krijg je een eerste indruk van jouw vitaliteit en wendbaarheid. Denk niet te lang na als je de QuickScan invult en maak deze op gevoel. Goed of fout bestaat niet. Je kunt de uitkomsten gebruiken voor de continue dialoog.

Geef met een cijfer aan in hoeverre je jezelf kunt vinden in de uitspraak.
1 betekent dat je jezelf een heel klein beetje kunt vinden in de uitspraak, 3 is neutraal, 5 betekent dat je jezelf heel erg kunt vinden in de uitspraak. De uitleg van de score van de quickscan vind je verderop in de whitepaper.

Stelling	Cijfer 1-5
1. Ik heb een goede balans tussen werk en privé	
2. De samenwerking tussen mij en mijn leidinggevende verloopt goed	
3. Ik kan de hoeveelheid werk aan	
4. Ik heb voldoende slaap en herstelmomenten gedurende de dag	
5. Mijn voedingspatroon is gezond en gebalanceerd	
6. Ik span me per week bij elkaar minimaal 2,5 uur matig tot intensief in verdeeld over meerdere dagen	
7. Ik blijf mijzelf (bij)scholen in mijn vakgebied en mijn vakkennis is up-to-date	
8. Ik voldoe aan de huidige competenties die mijn werk van mij vragen	
9. Ik beschik over competenties en vaardigheden waar de organisatie in de toekomst op zit te wachten	
10. Mijn mindset helpt me om succesvol te zijn	
11. Ik heb overtuigingen en gedachten die mij stimuleren in mijn werk	
12. Ik doe alles wat in mijn vermogen ligt en waar ik invloed op heb	
13. Ik pas me aan als veranderende omstandigheden dat van mij vragen	
14. Ik ben leergierig en nieuwe dingen uitproberen gaat mij gemakkelijk af	

Stelling	Cijfer 1-5
15. Ik ga op een vriendelijke en meegaande wijze met anderen om	
16. Ik voel me gelukkig in mijn werk	
17. Ik kan me bewust goed ontspannen en omgaan met druk en stress	
18. Ik haal zingeving en voldoening uit mijn werk	
Totaal van alle 18 stellingen	



Optimaal Talent

Bouwen aan teams en talent



Als je je waarden gebruikt als kompas, kom je nooit op een plek waar je niet wilt zijn

- Optimaal Talent -

Het resultaat

Tel nu de 3 scores van de quickscan bij elkaar op

Vragen	Aandachtsgebied	Betekenis	Opgetelde score 3 = min, 15 = max	Wat valt op?
1 t/m 3	Situatie	Context, geheel van omgeving en omstandigheden, privé en zakelijk		
4 t/m 6	Fysiek	Conditie, gezondheidstoestand, fitheid, voeding		
7 t/m 9	Bekwaamheid	Competenties, kennis, vaardigheden, (werk)gedrag, talenten		
10 t/m 12	Mindset	Convictie, waarden en overtuigingen, opvattingen, mening		
13 t/m 15	Eigenschappen	Character (complexie), persoonlijkheid en identiteit, karakter, temperament		
16 t/m 18	Verbinding	Connectie, zingeving en spiritualiteit		

Score 18-36: je scoort vrij laag. Wellicht is je vitaliteit en wendbaarheid nog wat beperkt en is er nog wat werk aan de winkel.

Score 36-60: je scoort niet hoog en niet laag. Dat kan betekenen dat je al voldoende vitaal en wendbaar bent of nog een beetje meer zou willen.

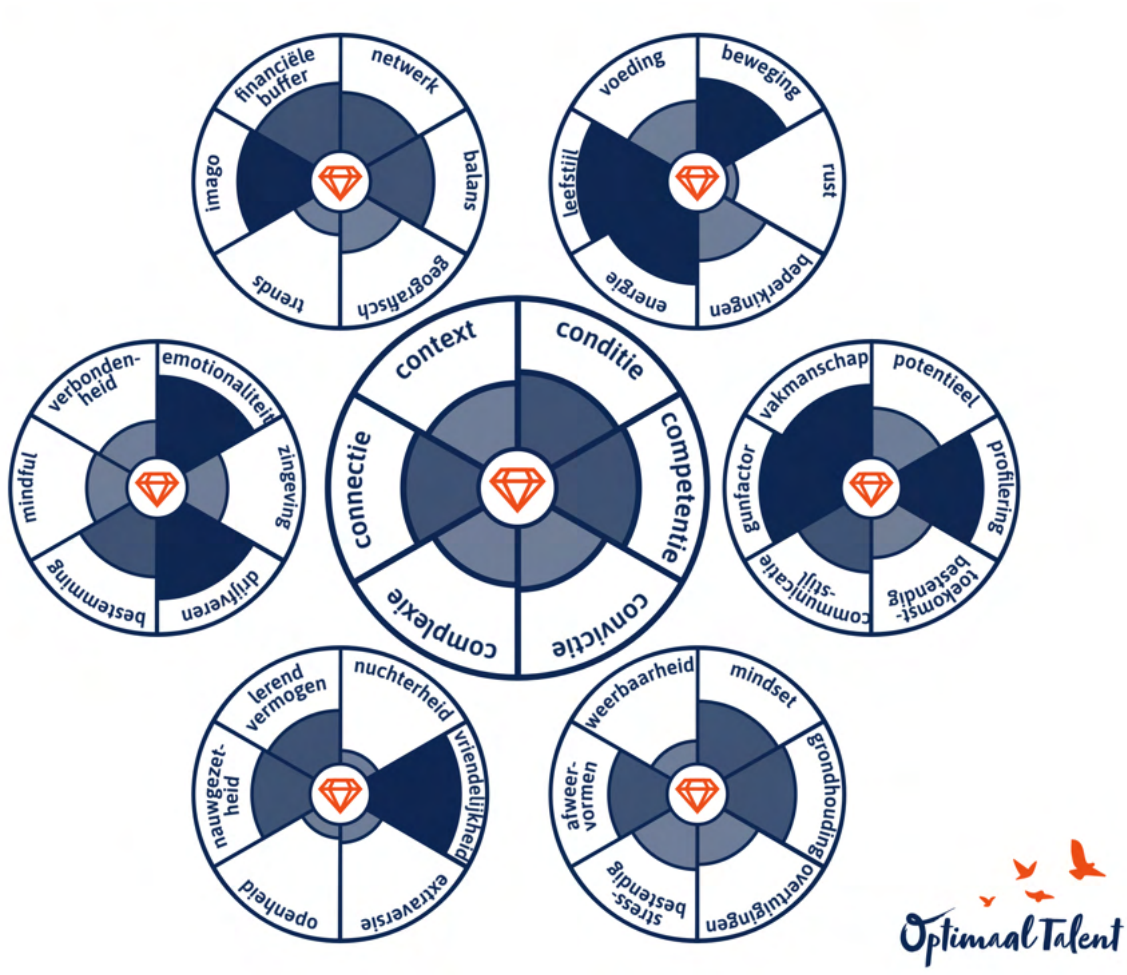
Score 60-90: je scoort vrij hoog. Misschien ben je al behoorlijk vitaal en wendbaar en zit je helemaal op je plek. Hoe kun je dat vasthouden?

Scores per aandachtsgebied

De QuickScan geeft je een eerste indruk van jouw vitaliteit- en wendbaarheidssterkte. Meerdere thema's kunnen van invloed zijn op je score. Per thema zijn drie vragen gesteld. Door naar de scores per thema te kijken, krijg je een nog betere eerste indruk.

Heb je laag gescoord op één van deze zes thema's? Of zetten sommige vragen je aan het denken? Dan is het zeker goed om aan de slag te gaan. Bijvoorbeeld door het bespreekbaar te maken in je continue dialoog met je leidinggevende. Er is geen perfecte score en ook geen vaststaande waarde van hoe goed je bent of moet zijn. Deze QuickScan is een momentopname en zet je aan tot reflectie. Je kunt jouw vitaliteit en wendbaarheid altijd vergroten en daar is deze QuickScan wellicht een eerste aanzet toe.

Onderliggende 6 C's van de Diamantwijze® in deze quickscan



Meer informatie

Meer weten?

De Diamantwijze® is een wetenschappelijk gevalideerde online test met een uitgebreide rapportage van 150 vragen. Deze quickscan is gebaseerd op de Diamantwijze®. Beide testen zijn ontwikkeld door Optimaal Talent.

Ja, ik wil meer weten over de Diamantwijze®



De definitie van wendbaarheid

“Wendbare werknemers zijn toekomstbestendig, vitaal, waardevol, ervaren het meeste werkgeluk en halen het beste uit hun talenten als ze proactief hun:

- persoonlijke omstandigheden;
- fysieke conditie;
- eigenschappen van hun persoonlijkheid;
- mindset;
- kennis en kunde;
- zingeving en verbondenheid

versterken en zodoende in staat zijn om hun functie optimaal uit te (blijven) oefenen of de mogelijkheid houden een nieuwe baan te krijgen of werk te creëren.”



Uit ons boek Wendbaar Werken

Optimaal Talent

Bouwen aan teams en talent



Iedereen heeft een gave, maar wanneer je een vis beoordeelt op boomklimmen, zal hij zich zijn hele leven dom voelen.

- Albert Einstein -

Talentgericht werken geen *nice to do* maar een *need to do*

Betere resultaten

Talentgericht werken gaat hand in hand met wendbaarheid en is dé weg naar duurzame en betere resultaten. Hoe kan jij in een talentvriendelijke omgeving werken, in het verlengde van jouw talenten, drijfveren en intrinsieke motivatie, zodat jij met plezier naar je werk gaat en jezelf blijft ontwikkelen en van optimale waarde bent voor de organisatie?

Positief effect

Je talenten inzetten heeft een positief effect op de psychische en fysieke weerbaarheid en wendbaarheid. Talent is voor ons niet per se iets waar je in uitblinkt of de allerbeste in bent in relatie tot anderen. Talent is naar ons idee wat een activiteit met je doet. In navolging van Luk Dewulf hanteren wij deze definitie: “Talent gaat over activiteiten die je moeiteloos afgaan, die je voldoening geven, waarvan je enorm veel energie krijgt en waarbij de tijd vliegt en waar je helemaal je authentieke zelf kunt zijn.”

Potentie in kaart brengen

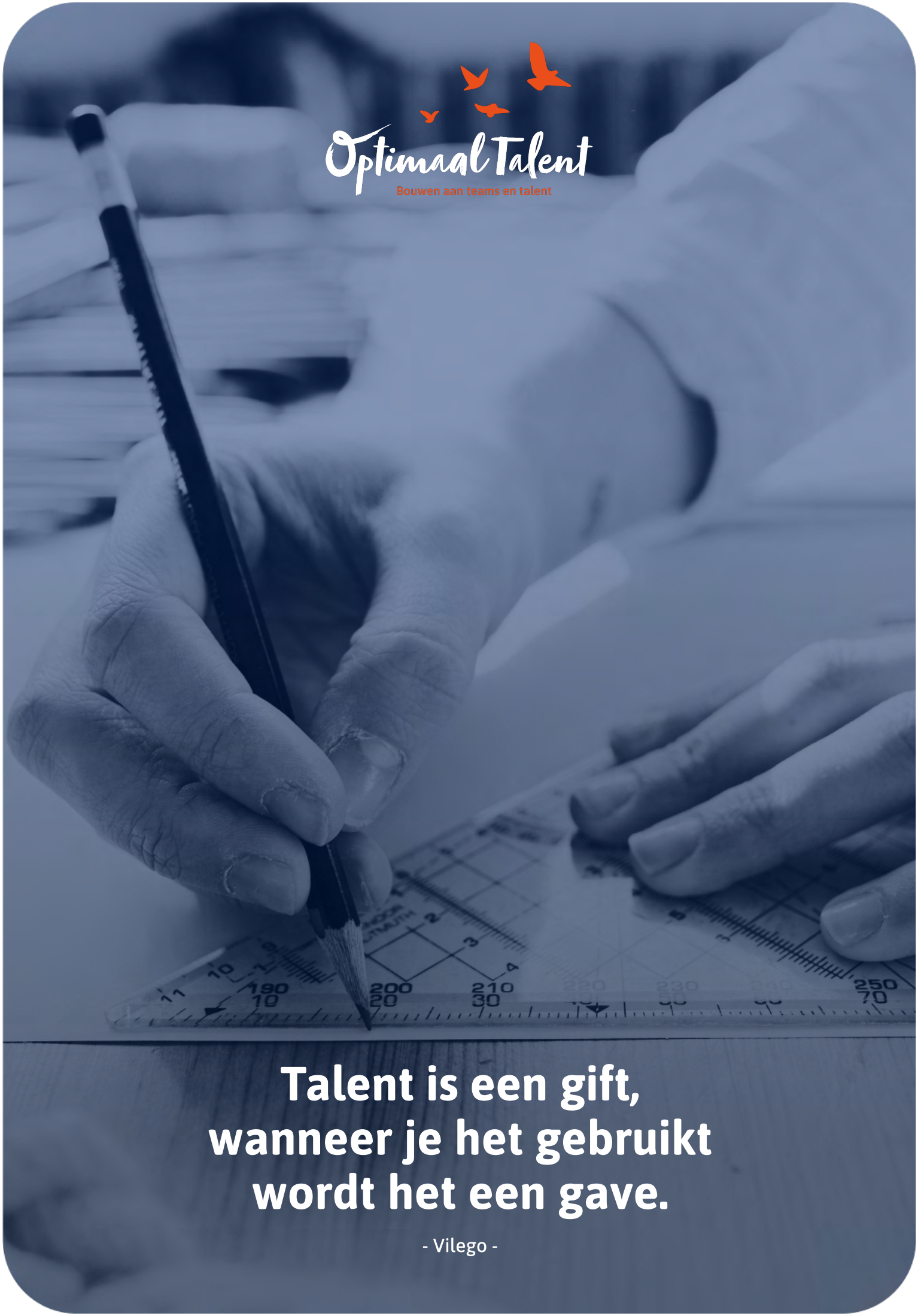
Op de Nederlandse markt zijn veel toonaangevende tools om talenten te meten en potentie in kaart te brengen. Wij werken sinds een aantal jaren met de talenttest ‘MyTalentBuilder’, het werk van de Vlaamse pedagoog Luk Dewulf, die deze online tool baseerde op inzichten van medegrondleggers van de positieve psychologie. De Vlaamse talentfluisteraar komt met een verzameling van 39 talenten die waarderend, intuïtief herkenbaar en speels poëtisch geformuleerd zijn en ook meer holistisch kijken naar talentdomeinen in werk en privé dan vele andere tools.

Waarmaken potentieel

Met deze benadering gaan we net een stap verder door in te steken op zichtbaar talent voor de buitenwereld. Immers, talent hebben is een prachtige basis, dan heb je vaak nog geen gewenst gedrag, laat staan waargemaakt potentieel. Het wordt pas relevant en krijgt pas waarde als iemand dit vervolgens naar of boven verwachting etaleert in een bepaalde situatie. Dewulf vat dit samen met het begrip ‘talent in actie’. De formule luidt: Talent in actie = talent + gedrag + context.

Omgeving van invloed

Talent gaat over patronen in ons denken en handelen die van nature sterk zijn ontwikkeld. Alleen het bezit van talent is een halfproduct, het zegt in de eerste plaats alleen iets over iemands reeds aanwezige talenten en potentieel. Dat wil nog niet zeggen dat je dat ook laat zien in je rol of functie op het werk. Talent hebben is dus nog niet voldoende om resultaten te laten zien. Daarvoor heb je de kennis, vaardigheden en het gedrag nodig waardoor je talent betekenis krijgt ‘in actie’. Bovendien heb je een context, omgeving of werksituatie nodig waarin jouw talent past en waarin je kunt bloeien. Zo komt het vaak voor dat iemand in de ene omgeving niet of nauwelijks uit de verf komt en in een andere omgeving helemaal opbloeit. De combinatie van het juiste gedrag in de juiste omgeving betreffen in deze formule de competenties.


Optimaal Talent
Bouwen aan teams en talent
Talent is een gift,
wanneer je het gebruikt
wordt het een gave.
- Vilego -

Richt jij je op een klacht of op je kracht?

Pareto-regel

Wie het laatste doet weet zich ook gesterkt door vele recente werkgelukonderzoeken. En door de beroemde Pareto-regel: wie maximaal 20% corvee doet op het werk en dus minimaal 80% van de tijd talentgericht werkt, wordt aantoonbaar gelukkiger en houdt het langer op natuurlijke wijze vol. Het is naar onze overtuiging loopbaankundig en vanuit medewerkerperspectief de beste keuze die jij kunt maken om duurzaam inzetbaar te blijven tot aan de pensioenleeftijd.

Organisatieperspectief

En dat niet alleen. Talentgericht werken is ook relevant vanuit organisatieperspectief. Het draagt sterk bij aan een hoge mate van vitaliteit en werkgeluk, hetgeen bijvoorbeeld resulteert in 45% meer productiviteit, 80% minder burn-outs en 300% meer innovatie (Steijger, Jansen van 't Land & Steijger, 2021).

Talentgericht werken

Ook jij kunt met de juiste randvoorwaarden en ondersteuning jouw talenten ontdekken, ontwikkelen en benutten en bent zo in staat optimaal van waarde te zijn of zelfs te excelleren in jouw baan. In dialoog talenten bespreken aan de hand van de online Mytalentbuilder en een optimale talentmatch inzichtelijk maken met behulp van een Talentenradar is een mooi vertrekpunt voor het voeren van talentgesprekken tussen medewerkers, hr-professionals en leidinggevenden. Talentgericht werken leidt tot meer werkgeluk, (mentale) gezondheid, rendement uit talent en meer wendbaarheid en is voor ons ontegenzeggelijk geen nice to do, maar need to do.



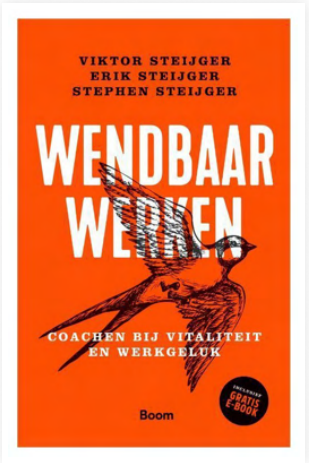
Optimaal Talent

Bouwen aan teams en talent

‘Wie denkt dat zijn beperkingen grenzen zijn, beperkt zijn talenten en mogelijkheden’

Deze whitepaper is gebaseerd op onze coachboeken Blij(f) Wendbaar en Wendbaar Werken





Bestel Blij(f) Wendbaar

Bestel Wendbaar Werken


Optimaal Talent
Bouwen aan teams en talent
Als je de richting van de wind niet kunt veranderen,
verander dan de stand van je zeilen.
- H. Jackson Brown

Wil jij stappen maken met je eigen of teamontwikkeling? Dan is dit waarschijnlijk interessant voor jou.

Teamontwikkeling

Hoe zorg je dat er binnen je team(s), waarvan je deel uitmaakt of die je aanstuurt, efficiënt en prettig wordt samengewerkt, doelstellingen worden behaald en teamleden excelleren in hun rol op basis van hun talenten en sterke punten? Hoe beïnvloed je de omgang, goede sfeer en communicatie en blijf je met elkaar wendbaar en toekomstbestendig, verlaag je de werkdruk en zorg je dat verloop of verzuim afneemt?

Wil jij met je team stappen maken?
Plan een vrijblijvende intake in met één van onze teamcoaches om de opzet voor teamontwikkeling samen verder te verkennen.

Plan je gratis intake

Persoonlijke coaching en leiderschapsontwikkeling

Persoonlijke coaching is gericht op je eigen effectiviteit, talentontwikkeling, werkgeluk, loopbaanplan, assertiviteit, timemanagement, communicatie, conflicthantering en het omgaan met hoge werkdruk of stress.

Coaching voor directeuren en/of leidinggevenden vanuit een inspirerende visie is gericht op coachend leidinggeven aan professionals en teams, talentgericht werken, verandermanagement, samenwerking en organisatieontwikkeling.

Wil jij je skills en persoonlijke effectiviteit verbeteren?
Plan een vrijblijvende intake in met één van onze coaches om de opzet voor teamontwikkeling samen verder te verkennen.

Plan je gratis intake

Persoonlijke coaching en leiderschapsontwikkeling

Het leiderschapsprogramma van de Optimaal Talent Academy heeft twee routes (die we ook wel leergangen noemen) waarin alle facetten van persoonlijk en coachend leiderschap aan bod komen. Elk programma is opgebouwd uit modules met in totaal 8 trainingsdagen. De modules zijn ook los te volgen. Meer informatie over het open leiderschapsprogramma vind je op onze website.

Meer info over persoonlijk leiderschap

Meer info over coachend leiderschap

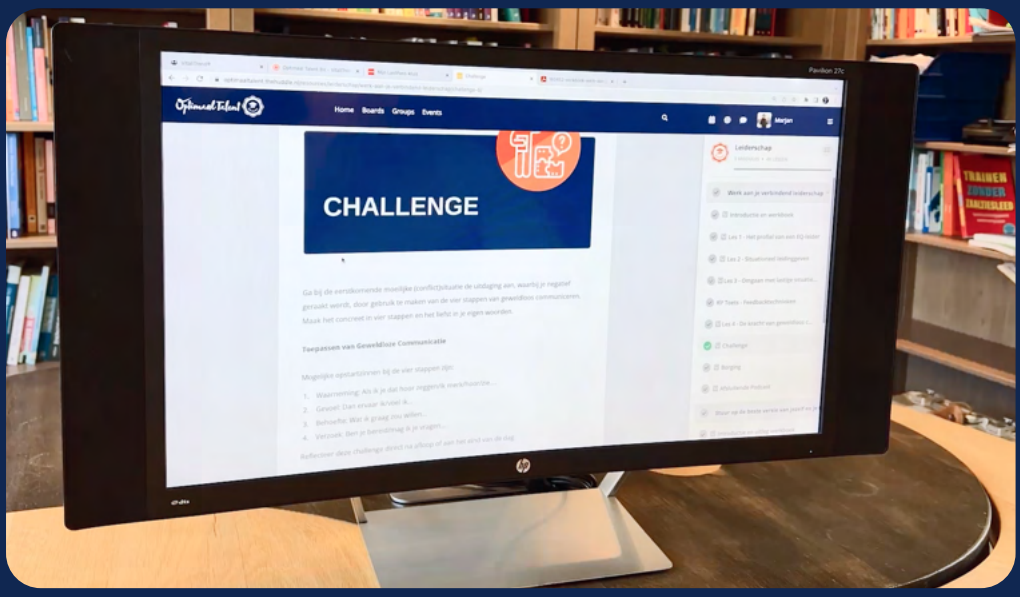
Optimaal Talent Online Academy

Dit jaar lanceren wij de Optimaal Talent Online Academy. Werken aan je persoonlijke ontwikkeling, in je eigen tempo en op het moment dat het jou uitkomt. Wij hebben drie online trainingsprogramma's voor jou gemaakt: ‘Talent', 'Team' en 'Leider' bestaande uit totaal 18 modules.

In elke module, die ongeveer 2 tot 3 uur tijdsinvestering vraagt, krijg je handvatten en tools aangereikt in de vorm van video's, speelse werkvormen, blogs, podcasts, artikelen, toetsen, reflectievragen, challenges en leuke opdrachten. De opdrachten kun je uitwerken in een werkboek dat je kan opslaan en/of uitprinten. Na het doorlopen van de gehele module is het werkboek een mooi naslagwerk voor jezelf en kan het dienen als basis voor gesprekken met je coach of teamleider. We geven interessante kortingen bij combinaties van modules die het volgen van onze programma's nog interessanter maakt.

Meer informatie over de inhoud van de onlineprogramma’s vind je op onze website. Hier kan je ook de brochure met de onlineprogramma’s aanvragen.

Ja, ik wil meer informatie over de online programma’s



Zo blijf je relevant en houdbaar

Schaf 1 online module naar keuze aan en werk aan je persoonlijke ontwikkeling op het moment dat het jou uitkomt!

Wat een module jou gaat opleveren:

- Tijdwinst en extra borgingmomenten voor gebruikers.
- Een leercultuur dankzij slim inzetten van e-learning modules.
- Binden en boeien vanuit goed werkgeverschap, juist nu op deze krappe arbeidsmarkt.
- Zeer gevarieerde en leuke didactische vormen met video's, speelse werkvormen, blogs, podcasts, artikelen, toetsen, reflectievragen, challenges en leuke opdrachten.
- De opdrachten kan je uitwerken in een werkboek dat kan dienen als naslagwerk voor jezelf of als basis voor gesprekken met je coach of leidinggevende.

Nu tijdelijk met korting!

Je betaalt geen €349-, maar slechts €299,- exclusief 21% BTW.

(Voor particulieren 0% BTW)

One time offer

Deze prijs komt niet meer terug.

Bestel de online module met korting



Optimaal Talent
Bouwen aan teams en talent

Optimaal Talent
Koninginneweg 100
3262 JD Oud-Beijerland

+31 (0)186 640 711

www.optimaal-talent.nl

Realisatie & ontwerp van deze whitepaper door uniq.design.

www.uniq.design

uniq design
experience makers